حتي لا نذهب للمأذون مرتين

د/ داليا الشيمي

يصدر عن:



ت: 01097553328

1 ميدان التحرير - القاهرة - مصر

الطبعة الأولى/ 2016

الطبعة الأولي

2016

إسم الكتاب:	حتي لا نذهب للمأذون مرتين
تأليف:	د / داليا الشيمي
التنسيق والإخراج الداخلى	إسلام الحماقى
مصمم الغلاف	عبدالله رجب
المراجعة اللغوية	عبدالقادر أمين
رقم الإيداع:	2016 / 23894
الترقيم الدولي:	ISBN : 978 - 977 - 6597 - 01 - 3

ت: 01097553328

1 ميدان التحرير - القاهرة - مصر



الإشراف علي النشر:

طارق رمضان فارس

حتي لا نذهب للمأذون مرتين

من الاختيار.. للخطبة.. للحياة الزوجية

(من واقع استشارات نفسية)

تأليف

د/ داليا الشيمي

دكتوراه في علم النفس

خبير في الإرشاد النفسي والزواجي

مدير مركز عين على بكرة للمساندة النفسية والتنمية الأسرية

2016



إهداء

إلى روح أمي/ السيدة زينب عبد الحليم "رحمها الله" التي منها تعلمت أن الحياة في ذاتها "قيمة"، يجب أن نكون على قدرها، ومن بين ما يجعلنا على قدر هذه القيمة؛ أن ندقق في اختياراتنا للبشر، خاصةً أننا لو اخترنا سوف نعطي كل ما لدينا؛ لأن أمانة العلاقات أن نعطي فيها كل ما نستطيع، وليس كل ما هو مطلوب فحسب.

شكرًا لمن علمتني أن الاحترام في العلاقات هو الأساس الخرساني الذي مهما مرت ظروف لن يقع، وأن الحب هو التتويج الذي به تهون الحياة، وأن كلًّا من الاحترام والحب هما الجناحان اللذان بهما تستمر الحياة أو "تعرج" في غياب أحدهما، وربما أبدًا لا تصل إلى ما تتمنى في تلك العلاقة بل في حياتك كلها إن كانت العلاقة هامة ومؤثرة.

وإلى أمي الروحية/ ندى داعوق، التي وهبتني إخوة ليسوا من دمي، وعلمتني أن العلاقات إمّا صلة رحم أو صلة روح، وكلاهما حياة. تعطي فيها أو تعجز عن العطاء لوقت، فأنت مُرحَّب بك كإنسان خُتمت أوراقه بأنه فردٌ من العائلة. ليس في سجلات الداخلية وإنما في سجلات القلوب.

إلى آخرين..

ربما لا تسمح الحياة بذكرهم، لكن ذكرهم عند الله أكبر.

مقدمة

تأخرت كثيرًا.. نعم تأخرت في كتابة هذا الكتاب لعدة سنوات، وسبقه خمس مؤلفات تعلقت بالنواحي النفسية الخاصة بالأزمات وضغوط الحروب، ثم تعديل سلوك الأطفال، ثم المراهقين، ثم قواعد السعادة السبعون.

وإن أردت هنا أن أكون أمينة مع نفسي، قبل أن أكون معك؛ فعليّ أن أصارح نفسي أن تأخير هذا الكتاب كان بمثابة هروب من كتابته، ربما لعظمة مسؤولية الكتابة عن موضوع هو أساس "سنن الحياة الكونية"، وركيزة كل حضارة إنسانية. هربت أو تأخرت حتى تجتمع لديّ تلك الأركان التي يمكن أن تُكوّن الكتاب من خلال خبرة العمل في مجال الإرشاد الزواجي على مدار السنوات الثمانية عشر الماضية.

وفي الكتاب، لن أتناول المشكلات المادية التي تؤثر على العلاقة الزوجية وربما تضرب بعضها، بل سأصب كل كلمة في الجوانب النفسية في العلاقة الزوجية.

ولأن نسب الطلاق التي تُنشر في دولنا العربية مرعبة؛ فسوف أصوغ كل ما يمكن ألا يوصلك للمأذون مرتين، لإنهاء زيجة طالت مدتها أو قصرت، بدايةً من اختيار شريك الحياة، وحتى ما يحدث في خلال الزيجة التي قد تستمر لعشرين عامًا. ومع ذلك، يرغب أحد طرفيها بإنهائها أو الإقدام على ذلك بالفعل وليس مجرد رغبة، وهو ما أصبحنا نراه في مراكزنا الخاصة بالإرشاد الزواجي من إقبال على الطلاق من أزواج في الستينيات من العمر. وبعد حياة زوجية دامت ما يزيد عن العشرين عامًا وصار لهم أحفاد!

ولأن الإنسان يقضي ما يزيد عن نصف عمره مع شخص آخر، يشاركه أنفاسه، يقبع في كافة أنشطته، يشاركه حتى جسده الذي غالبًا ما يجعل بينه وبين الآخرين مسافة، فهو يمنحه مشاركته له طواعيةً، وعن طيب خاطر؛ ليكوِّنا معًا كتابًا حياتيًّا مشتركًا، فإن أسوأ ما يمكن

أن يحدث للإنسان في حياته أن يكون هذا الكتاب هو ما يريد أن يمحي معظمه، أو يتمنى لو لم يكن سُطِر فيه أو كُتبت ولو مقدمته.

سأحاول أن أساعدك على ألا يحدث ذلك بكل ما عايشته، وما سأنقله لك من حالات مرت عليّ في عملي، لكني - دائمًا - أرى أن الإنسان مسئول بدرجة كبيرة عما يقع له، لذلك أنا سأسعى بما عرفت، وأنت اسعَ بما تملك، ولا تجعل أهم كتاب في حياتك هو الكتاب الذي تتمنى ألا تقرأه وهو حياتك الزوجية.

أما أخيرًا، فأذكرك بأنني - وكالمعتاد - سأتبع قواعد الكتابة العلمية التي تقوم على أخلاقيات العلم من أنه لا يوجد حالة مكتوبة تمثل شخصًا بعينه مرّ عليّ في حياتي المهنية، وأن خصوصية الحالات محفوظة بما لا يجعل لأي إنسان أن يقول إنها حالتي بعينها. هم أشخاص حقيقيون لكنهم حين يقرؤون ما نكتبه ربما يرون أنها حالة مشابهة لهم.. إلى جانب أن بعضهم يطلب منا الكتابة عنه - عدد من حالات الكتاب بالفعل - ومع ذلك حفظنا لهم جميعًا خصوصية حياتهم.

أولًا:

مرحلة اختيار شريك الحياة

- اعرف نفسك.
- اختر شريكًا وليس واجهة.
- ميّز بين حاجتك للزواج، وضرورة الاختيار.
- اعرف عن الزواج بصورة صحيحة.

1 - اعرف نفسك

من أكثر الأشياء التي تدعو للتعجب، أن ينزل أحدنا سوقًا ليشتري أي شيء وهو لا يعرف ما يحمله في جيبه أو إمكانياته وقدرته الشرائية!

ويزداد الأمر غرابة حين تبحث عن شريك لك سيشاركك كل حياتك اللاحقة، وأنت لا تعرف مَنْ أنت؟! ما هي احتياجاتك؟! ما هي أولوياتك في الحياة التي يجب أن يغطيها الطرف الآخر لك؟! ما هي الخطوط الحمراء التي لا يمكن أن تقبلها في شريك جلسة صحاب، فما بالك بجلسة حياة؟!

البداية دائمًا أنت.. وليس الآخر وصفاته وتكوينه. البداية أن تفهم أن طريقة حياتك، نمطك الشخصي، الأسرة التي تربيت فيها، نمط العلاقات في أسرتكم، أولوياتكم. جميعها أمور رسمت

ملمحًا منك، حتى تكونت صورتك النهائية التي تجعلك تستطيع تأجيل نفسك لأن شخصًا آخر في العائلة أولى منك بالاهتمام، تستطيع أن تترك مجالًا لا ترى فيه احترامك لنفسك مهما كانت حاجتك له؛ لأن تربيتك وتكوينك يُملي عليك ذلك. كل هذا من المؤكد أنه يختلف عن شخص آخر ربته أسرته على أنه رقم واحد أيًّا كانت حالة الأسرة، وشجعت فيه الحصول على المكسب أيًّا كانت حالة كرامته حتى يملك. هنا، ستجد أنك أمام شخصٍ مختلفٍ ربما يصعب عليك فهم منهجه أو الاعتراف بأسبابه وقبولها، فكيف لك أن تستطيع العيش معه!

ففي كثير من الزيجات يأتي الرجل أو المرأة ليقول إن الآخر "لا يشبه شيئًا فيه"، وحينما تسأله أو تسألها: ألم تكتشف ذلك قبل الارتباط؟ فتكون الإجابة: مكنتش عارف إنها حاجة تفرق معايا أصلًا!

هذا هو أبسط نموذج لمن نصفه بأنه نزل للشراء دون أن يحدد ما لديه وما يريده، ومواصفاته، وما لا يمكنه التنازل عنه.

ولأن أول ما يأتيني – اعتراضًا على هذا الطرح – هو: وأين الحب إذًا؟ إن كنا سنعد أنفسنا ونفهمها ونجهزها لشخص بعينه، أليس الحب هو ما يتم دون استعداد وربما من شخص مختلف عنا؟!

وهنا أرجو ألا أفاجئك في إجابتي حين أقول لك: إن معرفتك الجيدة لنفسك، ستجعلك "تُحب" مَنْ يناسبك. ستجعل قلبك يهوى مَنْ يمكنه أن يأوي إليه. فبداية الحب راحة، والراحة تأتي من سكناك في المكان الذي يناسبك، يلملم بعضك لبعضك؛ لتجد نفسك مكتملًا قضيت حاجتك النفسية فأيدت سكناك إليه، واعتبرته عنوانك، أي أنه حتى العاطفة ستكون موجهة وفقًا لما أدركت أنه يهمك، أو أنه تكوينك المهم.

فإن توصلت – مثلًا – إلى أن الدين محور حياتك، أو أن المال يفرق معك، أو أن الشكل هو أحد أهم مداخلك، وأدركت ذلك ودوّنته داخل نفسك؛ ستجد أنك تبحث بين الناس عن هذا الشخص الذي يمثل ما بداخلك، ستدخل المكان الصحيح حتى للمشاعر.

وتكملةً للمفاجأة ونصفها الآخر أن الحب الذي يأتي بعد الزواج لشخص آخر - بخلاف الذي تزوجته - هو في الحقيقة الشخص الذي يمثّل ما تحبه روحك، ولم تكن منتبهًا له في بداية اختيارك، وللأسف في هذه الحالة يدفع ثمن غلطتك هنا أسرة كاملة؛ لأنك لم تبدأ بصورة صحيحة.

وبالطبع، قد تستمر الحياة دون أن تقابل هذا الشخص الذي يحقق لك ما تريده، والذي لم تسأل نفسك عنه يومًا ما، وقتها - عادةً - تستمر الحياة، ولكنك دائمًا تشعر أن هناك شيئًا ما ينقصك، لون للحياة غائب، ذلك اللون الذي لم تحدده، ولكنك تستطيع أن تقرر أن ما تعيشه ليس ما كنت تتمناه!

إذًا، فإن أولى الخطوات التي تجنبك الذهاب للمأذون مرتين، هي أن تتعرف على نفسك، تحدد مكوناتها، احتياجاتها، ثم تبحث في البشر عمّن يغطيها، حتى لا تظل في ضغط أنك في المكان الخطأ.

2 - اختر شريك حياة، وليس واجهة!

لا أنسى منظره - أبدًا - ذلك الشاب الذي يعمل في وظيفة مرموقة في إحدى الشركات الكبرى، حين جاء يقول إنه لم يعد بإمكانه النوم منذ عدة أيام لأنه يفكر في الطلاق من زوجته التي لم يكمل زواجه منها العامين ولم ينجب منها بعد؛ نظرًا لاشتراطها تأجيل الإنجاب حتى يعيشا حياتهما كأزواج، ثم يقررا الإنجاب فيما بعد الاستقرار بينهما وسداد بعض أقساط الزواج.

وكان هذا ما دار بيننا: "بصي يا دكتورة، أنا اخترت ازاي، أنا من أسرة عادية لكن - الحمد لله - موظفين ومتعلمين، دخلوني كلية، وكنت بآخد كورسات لغة، وشكلي يعني بيقولوا إني شكلي ابن ناس، عشان العين الملونة، واللون يعني للأسف إحنا مجتمع عنصري، لكن ما اقدرش أنكر إن ده كان له فضل كبير في إني أتقبل في أماكن كثيرة، وأنا أختار بينهم. رحت الأول بنك كبير بواسطة

بسيطة، بعدها الشركة اللي أنا فيها، واللي مرتبها أعلى بكتير، مكنتش بفكر في الجواز، كان نفسي أعيش وألبس، بصراحة؛ لأن كان كتير من اللي بيشوفوني يقولولي لو لبست كويس هتبقى أجمل من أحمد عز وكريم عبد العزيز. فكنت بآخد مرتب كويس بس أكتر من نصه على اللبس، لدرجة إن أمي بتقولي إحنا محتاجين نعمل أوضة لهدومك، ممكن طبعًا حضرتك هتقولي بعوّض نقص، بس والله أهلي كانوا بيلبسوني، بس طبعًا مش كل اللي أنا عايزه ولا بالمستوى اللي أنا فيه. المهم بقيت أخرج مع ناس من الشغل، ونروح رحلة بتطلعها الشركة كل فترة، فكنت بشوف اللي جايب خطيبته، واللي جايب مراته، واللي – سوري يعني – جايب صاحبته اللي ماشي معاها، المستوى كان مبهر بالنسبة لي، شكل ولبس وبرفيوم تحسي إنه بيغير ريحة البحر بدون مبالغة.

بعدها، ابتديت أفكر إني ارتبط، وطبعًا وأنا بفكر ماكنش البيت بقى والأسرة بس في دماغي، لكن كان كمان الشكل لما أروح بالبنت اللي هاخطبها أو أتجوزها الرحلات دية، ويقولوا دية مراة فلان...

المهم، بقيت أهزر، وأقول شوفولي عروسة، الوسط اللي أنا فيه من ناس خريجين جامعات أجنبية، جابولي كام واحدة، اخترت واحدة منهم بصراحة اللي وافقت عليّا وعلى ظروفي، بس كان شرطها إننا نبتدي كده بس بدون عيال لغاية ما أقدر أعيّشها في المستوى اللي تحبه. طبعًا هي برضه بتشتغل، وجميلة، بس بقى بتلبس برضه، وبتروح أماكن غالية، بس أنا وافقت وقلت مش مهم. أول رحلة بعد الخطوبة تعليقات الكل كانت وااااو، ونيللي كريم بقى، لا أحلى. الكل مهتم يعرف اتعرّفنا ازاي، وأنا بحاول آخدها من الكل، قال يعني بلاش بواخة، إحنا هربانين عشان نقعد مع بعض، مكنتش عاوزها تقول اتعرّفنا ازاي، وإنها مش قصة حب ولا حاجة، وإنها أصلًا وخداني بتجرب يعني، وعشان هي عايزه واحد سوري مش "عطاط"، وإن أنا - فعلًا - معنديش تجارب قبل كده، وهي كانت اتجرحت مرتين من شباب حبتهم وبعدين عرفوا عليها، واحد منهم كانت مخطوبة له.

مشينا كل حاجة، ودخلت بأقساط هي كانت مستعجلة عرفت بعد كده إن واحد من الاثنين السابقين كان بيلح عاوز يرجع وهي خايفة تضعف، ده عرفته من صاحبتها بعد كده وهي صارحتني.

عشت معاها بقالي تقريبًا سنتين، لغاية ما جينا الأسبوع قبل اللي فات، وصاحب لينا خلّف طفل، رحنا باركنا له، واحنا راجعين بقول لها هانت كلها سنة زي ما اتفقنا ونعمل واحد زي النونو ده. قالت لي: لأ. أنا خليتهم خمس سنين، خلينا نحب حياتنا مع بعض أكتر من كده.

الحقيقة يا دكتورة - هنا بدأت دموعه تظهر - أنا بقى الكلمتين دول زي ما يكونوا القشة اللي قطمت وسطي، يعني أنا كل ده عايش مع واحدة مش حاسس منها بأي حاجة، كل حاجة "فيك" مصطنعة، وبنمثل، بنضحك وإحنا مع الناس بس، بحاول أحس بقيمتي عندها مش واصلي منها أي حاجة، لو غبت شوية بتنام ومفيش مشكلة، لو حاولت أعمل نفسي بكلم حد تسيب لي الأوضة، مش حاسس بأي حاجة حتى - سوري يعني - العلاقة الزوجية رغم إنها جميلة وبتلبس وبتهتم ومش خجولة زي ما الرجالة بتشتكي من ستاتها، لكن بخرج منها مش مبسوط؛ لأني - عارفة - بحس إنها بتعملها كحاجة ليها، هي من الخطوبة كانت

بتقولي إن العلاقة الجنسية مهمة للست عشان طاقتها السلبية، وإن المصريات مش بيقروا عشان كده مش فاهمين، حضرتك فهماني يا دكتورة؟! يعني مفيش حاجة ليّا، مش حاسس إني مميز في بيتي.

من الأسبوعين دول، وأنا بحاول أقلل اهتمامي بيها، عشان أشوف لو عندها حاجة تقدمها، لكن الحقيقة هي ما قصرتش، وملأت فراغها بحد تاني. واحدة صاحبتها بقيت بتتكلم معاها ليل ونهار، كإني مش موجود، اللي هو كإنه إيه.. إنت هاتعيشلي في الدور! على أمك. يعني أنا حياتي مش هتقف، سوري يا دكتورة بس ده إحساسي.

من وقتها، بفكر في الانفصال، وما أخبيش عليكي.. اللي مؤرقني حاجتين: ضحك الناس عليّا، وخسارتي في الجوازة لأن عمها محامي كبير وكاتب عليّا حاجات تخليني أبدأ يا مولاي كما خلقتني.........".

شرح الرجل معاناته، ومعاناة كل مَنْ يتزوج "واجهة" يراها الناس، وليس شريكًا ينعم معه، شخص للعرض، سواء كان لعرض الشكل أو التعليم، أو المهنة.

فالكثير من الفتيات يتزوجن كتعامل الأهالي مع الثانوية العامة لابنهم من مبدأ "الاستخسار" أو إن شئت قل "وجع البطن ولا كب الطبيخ" مثلما يقول المثل الشعبي الذي يعبر عن إنك تأخذ أكثر من حاجتك بدلًا من أن تستغني عن الزيادة عن حاجتك.

فتجد الفتاة التي تتزوج أو ترتبط بشخص لا تشعر معه بالحياة حينما تسألها لماذا اخترته، فتقول: "فيه كل المواصفات اللي تتمناها أي بنت وتحسدني كمان عليه، عنده شقة، بيشتغل كذا، أمه ميتة،......" وحينما تسألها: وهل كذا.. وكذا.. وكذا.. يفرق معك شخصيًّا؟ تجد أن الإجابة.. "لا"، ولكن إن كان فيه ذلك ما يخسرش!

وكأننا هنا نأخذ ما ليس حاجتنا؛ لأن الآخرين يرونه جيدًا، أو يوجد نقص منه في سوق البشر!

وإن طبقنا النقطة الأولى التي تحدثنا فيها عن معرفة الذات، مع هذه النقطة التي تتعلق باختيار شريك الحياة، سوف تعرف أنه يجب عليك أن تختار ما يناسبك أنت، فما قد يراه البشر ميزة قد

يكون لك عيبًا، فكثيرًا ما يرى البشر أن الشخص الهادئ نعمة، أما الشخص الذي يعاني - هو الآخر - هدوءًا شديدًا قد يكون أمله الوحيد في حياة سعيدة أن يشاركه الحياة شخص يميل للحياة الصاخبة، أو ثرثارٌ ليعوض به هدوءه ويشجعه على الكلام والتعبير.

ففي بعض الدراسات النفسية، وجدوا أنه كما أن زواج المتشابهين يحقق نجاحًا، فإن زواج الأضداد أيضًا - في بعض النقاط - قد ينجح كزواج المبذر من سيدة ممسكة، أو حتى زواج المازوخية - التي تميل لنيل الإهانة - من السادي - الذي يميل لإهانة الآخر والنيل منه - يحقق أيضًا نجاحًا لأن كلًّا منهما وجد حاجته لدى الآخر، أو ما ينقصه.

وبالتالي، لا يمكن للآخرين حتى لو كانوا مجتمعًا بأكمله أن يحددوا لك الشريك الأنسب، أو الأفضل، وإنما أنت وحدك مَنْ تستطيع أن تقرر ذلك فحتى لا تذهب للمأذون مرتين.. لا تهتم كثيرًا بما يراه الناس مناسبًا لك، بل اختر ما يناسبك بنضجك ووعيك وفهمك لذاتك.

3 - ميّز بين حاجتك للزواج وضرورة الاختيار

الحاجة.. ببساطة يمكن أن ألخص لك الأمر في جملة تقريرية واحدة: إن الحاجة أسوأ دافع يمكن أن يحركك لشيء غير مؤقت!

فالحاجة في ذاتها دافع يحركك لتفعل شيئًا، كالحاجة للطعام، أو الحاجة للمال، أو غيرها من الحاجات التي تجعلك تتحرك لتفعل شيئًا آنيًّا يحقق لك إشباع هذه الحاجة.

وتكون "الحاجة" أسوأ دافع حينما تحركك إلى اختيارات كبرى، كاختيار مهنة ستبقى فيها عمرك بأكمله، أو اختيار زوج/ زوجة، ستعيش معه/ معها باقي حياتك.

وذلك لأن الحاجة حينما تُشبع - وذلك من خصائصها النفسية - تزهد في الشيء فورًا حتى تأتي دورة الحاجة مرة أخرى، فحينما نشبع لا يغرينا الطعام أبدًا، بل إن البعض يقوم من أمامه مباشرةً

بعد انتهاء حاجته منه، حتى يعود "يشتهيه" مرةً أخرى، وبالطبع يكون الوضع مأساويًّا حين تدفع في "قضاء حاجة" عمرك كله، حين تتزوج لأنك وصلت لسن معين له حاجات كالاستقلال عن الأسرة، الذي يمكن أن تفعله بالاستقلال المالي واستقلال القرار الذاتي بتحديد ما ستشاركهم فيه، وما ستتوقف عن المشاركة فيه حتى وأنت معهم كبعض الزيارات مثلًا أو بعض الطقوس الحياتية، أو لك حاجة في إشباع الرغبة الجنسية التي يمكن أن تحولها إلى طاقةٍ أخرى بدلًا من الإسراع في تكوين أسرة الهدف منها إشباع الحاجة الجنسية، ثم تدفع ثمن ذلك. حتى بات البعض يكره هذه الحاجة في نفسه مما يدفع البعض إلى العجز النفسي عن أدائها لاعتبارها المسئول الأول عن وقوعه في زيجة غير موفقة أو حتى السعي لإشباعها بطرق أخرى بعيدة عن الشريك حتى لا يشعر أنه ضيع حياته لأجلها كممارسة العادة السرية بعد الزواج أو الجنس عن طريق التليفون أو غيره من الأشكال الفردية التي لا يشارك فيها شريك حياته.

والحالات في هذا الموضوع تحديدًا كثيرة سأذكر أسرعها؛ حيث تم الطلاق بعد خمس شهور من الزواج، وباتفاق الطرفين بأنهما غير مناسبين لبعضهما البعض.

جاءت السيدة المطلقة بعد خمس شهور زواج، تقول: "والله العظيم يا دكتورة، ورحمة أبويا لو أقولك من أول ساعة في الجواز، وأنا حاسة إني مش طايقاه تقولي كدابة، وإحنا قاعدين في الكوشة كان ناس من قرايبه اللي جايين من البلد، ومش هيقعدوا، وهمّا ماشيين بينقطوه يعني يدوه فلوس كده وهمّا بيسلموا عليه ويبوسوه يحطها في جيبه، فتلاقيه بيفركها في جيبه عشان يشوف كام، وده متصور في الفيديو واخواتي البنات واجوازاتهم ما رحمونيش تريقة بقى.

جينا بقى أول ما دخلنا، شقتنا عروسة بقى، سابني أدخل ومسك الفلوس اللي في جيبه على اللي أمه اديتهم له واحنا بنركب العربية، وجاب ظروفه - جمع ظرف - وبقى يحط في كل ظرف ألف جنيه، ويقفله ببقّه، ويكتب عليه حاجة. وأنا مكسوفة وقاعدة

ساكتة، بعد ما خلص تلت الظروف راح قالي إيه ده! إنتِ لسه قاعدة بهدومك!

تصدقي مش شايفني أصلًا!، بعدها بقى نمنا كده، وبقيت مدام تاني يوم بيصحيني بقى عامل الفطار بصراحة، وجاي في السرير زي بتوع التليفزيون، واحنا من حتت شعبية يعني، فما كنتش متوقعة منه ده ففرحت ونسيت كل حاجة لأن احنا اتخطبنا 3 شهور، هو كبير وكان جاهز بقى، وأنا عايزه أمشي من بيت أبويا، إخواتي البنات كلهم اتجوزوا وأبويا ميت، واخويا ومراته فوقينا، واخويا التاني قاعد معايا أنا وأمي، وتحكّم بقى.. ربنا ما يوريكي، وأنا كنت بشتغل في مصنع من ساعة الدبلوم، ومجهزة شوية، وبصراحة اخواتي ما اتأخّروش، فتّك في الكلام.. بعد الفطار الحلو اللي في السرير، لقيته بيتف - لا مؤاخذة يعني - على السجادة، وبيمسحها بشبشبه!! وحاجات من دية بقت مخلّياني قرفانة على زعلانة، يومين تلاتة واتخانقنا، وسابني في الأوضة وراح أوضة الأطفال اللي عاملينها كده عشان لمّا نخلف،

صالحني لمّا الناس جت السبوع، وبعدين رجع خاصمني 11 يوم، رحت اتأسفت له، أختي قالت لي هتخربي بيتك، قعدت أتذلل له، خفت بقى الموضوع يكبر ويطلقني، الناس تقول عليّ إيه؛ إحنا من منطقة شعبية، وبقينا كده يومين كلام.. وخصام.. على أي حاجة، لغاية ما مرة ضربني وفتح لي شفتي، وبرضه اعتذرت له، وكل مرة كده لغاية ما من شهر كده ضربني برجله كنت بموت وأهلي عرفوا بقى؛ ما أنا اتنقلت المستشفى يا أختي، ماكنش ينفع أخبّي المرة دية، طب شفايفك هتداريها، وشك قلت وقعت على السيراميك!، طب جنبك بقى والخبط ونزل عليّا دم – ما انتيش غريبة يعني......

قعدنا نتكلم، وهو قال: لا هي مبسوطة معايا، ولا أنا مبسوط، فأهلي قالوا كل واحد مننا يفكر، إحنا مش سهل نخرب بيت كده!.

قعدت أفكر، راحت صاحبتي في المصنع اللى سبته لمّا اتجوزت جت تزورني، ما الأخبار بقى إنتي عارفة محدش بيسيب حد في حاله، قعدت معايا تقولي: طيب افتكري أي حاجة حلوة فيه، أو حاجة بتحبيها فيه، لقيت إني أصلًا ما عرفتش عنه حاجة، ما

لحقناش. أنا كنت عايزه أخلص، وأتجوز وخلاص؛ عشان أمشي. مراة أخويا كانت حامل وأنا اللي شلت القرف كله المرة اللي فاتت، وخليت البنات يدعولي. قعدنا نقرا قرآن مع بعض، وأول ما ده جابتهولي جارتنا، قلت خلاص بقى يبقى ده اللي جاي من الدعوة، هو كبير عني بتمن سنين، قلت أهو يبقى عاقل وبيفهم. أنا عايزه أعمّر، بس مخدتش بالي إن خلقه ضيق، أصل حصلت لي صدمة، جيت أشوف الفرش اللي أنا شارياه تحت السرير لجهازي لقيته ناقص، أتاري أمي وزّعت منه عشان قال تشرّف اخواتي البنات اللي اتجوزوا في عز أبويا، فكنت بقى بجري عشان أشتري الحاجة، وأرجع بدري، ولمّا كان بيمسكني كده في الخطوبة واللّا يبوسني والحاجات بتاعة الرجالة دي؛ كنت بقول ده حنين، فخلصنا على طول، ويا ريتني ما خلصت ولا استعجلت، أديني رجعت بيت أمي تاني بس مطلقة. يعني اللي كان بيتشرط مرة هيتشرط عشرة، واللي ما تدخليش وما تخرجيش هيقولها أي حد بقى، أنا بقى نفسيتي تعبت أوي وبطلت آكل، وخسيت 12 كيلو في شهر، وشكلي بقى زي ما انتي شايفة كده، فصاحبتي اللي

بحكيلك عليها دية - هي مش صاحبتي أوي يعني هي مديرة بس ربنا يبارك لها مصحبانا كلنا - جابتني هنا عشان دكتور المستشفى قال ده تعب نفسي لأن كل تحاليلي كويسة، وقالت لي دي مش دكتورة مجانين أنا بجيب ولادي ليها كل فترة تشوفهم وتقولي أعاملهم ازاي يعني، هي مراة أخويا بتقول أهل طليقي ساقوني حاجة عشان ما أنفعش تاني لا طبلة ولا تار. لكن صاحبتي قالت لي مراة أخوكي جاهلة هتسمعي كلامها.. فجيت بقى"...

هذه صور من صور الزواج من باب سد الحاجة، الزواج كمن ينزل ولديه أجازة قصيرة يريد أن يأخذ فيها أي زوجة تقع في طريقه ليحقق حاجته ويسافر بها، أو حتى يتركها ثم يعود لها.

منهجية أميل إلى تسميتها "نزول السوق وأنت جائع"، فعادةً لا تحصل على شيء جيد؛ لأن جوعك لا يجعلك قادرًا على التمييز.

ويا له من كم مفزع ذلك الذي يمثل حالات زواج تمت بفعل "حاجة" سواء كانت حاجة جنسية، أو حاجة نفسية للإستقلال

عن الأسرة أو حاجة في كيد الخطيب أو الحبيب الذي تخلى، أو حاجة في الإنجاب قبل فوات الأوان، أو حاجة في وقف الناس عن وصف عانس لها أو لديه مشكلة ذكورة له... وغيرها.

جميع هذه الحالات يحدث فيها فشل، سواء تحول إلى طلاق فعلي أو الطلاق المُقَنع الذي فيه يبقى الزوجان معًا جسديًّا، ولكنهما منفصلان نفسيًّا، يبقوا واجهة لأجل الأولاد ليس إلا وهي حياة صعبة إن جئت للحق!

وهنا، حتى لا تذهب للمأذون مرتين؛ لا تجعل حاجتك تُلهيك أو تُثنيك عن التدقيق في اختيار الشريك الذي يمكن أن تعيش معه بعد انقضاء حاجتك.

4 - اعرف عن الزواج بصورة صحيحة

في إحدى لقاءات الواجبات الاجتماعية التي فيها أنت مضطر لتبادل الحديث مع بعض الأشخاص الذين تقابلهم لأول مرة، جاءت جلستي بجوار دكتور يقيم في إحدى الدول الأوروبية. وبالطبع كان الشأن العام هو محور الحديث، سألته عن بعض الأمراض الجسمية والسبب من وجهة نظره الذي يجعل مضاعفات هذه الأمراض تختلف بين الشرق والغرب، فمثلًا مرض مثل السكر في البلاد العربية يعقب الإصابة به مضاعفات شديدة تكلف الدول كثيرًا، وتؤثر أيَّما تأثير على حياة الشخص، رغم أن هذه المضاعفات لا تحدث بهذه الدرجة – طبقًا للإحصائيات – في الدول الغربية على اختلافها.

توقعت من الرجل أن يشرح لي السبب في عدة نقاط علمية معملية، وبكلمات شديدة "الجعلصة" لتتناسب مع علمه وتخصصه، فرد عليّ في كلمة واحدة "إنه الوعي".

أذهلني الرجل حين لخص القصة بأكملها، فروق بالمليارات في مواجهة الدول لمضاعفات الأمراض، وتغير في حياة البشر، ومشكلات نفسية نتيجة لاختلال حياتهم، جميعها يرجع لاختلاف بين الشعوب في مستوى "الوعي".

استطرد الرجل قائلًا: في محاضرات تُعمل لأي شخص بمجرد ما تثبت الفحوصات إصابته بأحد الأمراض، يكون هدفها أمرين. وكعادة كل النساء قاطعت الرجل - ما أنا لازم أتفلسف، هسيبه يتكلم لوحده يعني - قلت: إن الأمر الأول أكيد هو طمأنة المريض ودعمه نفسيّا، وحضوره جروب لمرضى يعايشون المرض لعمل نوع من الدعم الاجتماعي، وتقليل شعوره بالغربة. ابتسم الرجل، وقال: صحيح، ويبقى الأمر الثاني ما يُعرف بمآل المرض، وما يمكن أن يحمي به نفسه على مستوى أجهزته الفسيولوجية حتى لا يعاني مضاعفات المرض، ومن ثم تدهور في أجهزة تلو الأخرى، والدخول في دورة المرض التي لا تنتهي!.

إذا كان هذا في حالة مرضية تصيب جهاز من أجهزة الجسم، فما

بالك بحياتك بأكملها؟! ما بالك بحالة ستدخلها لتعطي فيها كل ما تملك، وتبني فيها منشآت بشرية جديدة ترجو أن تكون على أفضل هيئة على المستوى النفسي والجسدي والعقلي والقيمي والسلوكي.

إن "الوعي" الذي يسبق الزواج هو ذلك العنصر الذي لا يجعل العلاقة تصل للمرض، وإن ضغطت الظروف وأصيبت في ركن منها لا ينتقل ذلك إلى باقي أركان العلاقة.

فما يسبب لي دهشة كبيرة حينما أقابل أشخاصًا متزوجين منذ سنوات تخطت السبع والعشر سنوات زواج، ومع ذلك هم لا يعرفون "جوهر" العلاقة الزوجية، ولا تفاصيلها، وكل ما يجمعونه عنها عبارة عن "تصورات آخرين" أو تصور ذاتي لم يتم اختباره.

ففي الزواج "انصهار" بشخص آخر، لديه ثقافة إنسانية مختلفة، تكوين عقلي ووجداني مختلف، إما بحكم الفرق بين الجنسين أو نتيجة للفروق في التربية، بل هو في الحقيقة فارق راجع للاثنين معًا.

في الزواج، لن نكون دائمًا على أحسن ما يرام، وربما ستجد

أن ما يراه الأشخاص الخارجيِّين منك أفضل مما يراه شريكك في الزواج، ليس لأنه يستغفلك أو كما تقول السخريات التي تنتشر على شبكات التواصل الاجتماعي أنه لا يبتسم في البيت، ولكنه يبتسم حين يأتي التليفون، بل لأننا في بيوتنا نعيش منطقة راحة، ليس من المفروض أن نبذل جهدًا كبيرًا كي نكون على أفضل حال، وإلا أين سنبكي! أين سنعبر عن ضعفنا؟! أين سنعيش بلا ترتيب؟! بالطبع ليس هذا الأساس، وحق كل طرف أن يأخذ من الآخر أفضل ما لديه، لكن علاقة الزواج تعطي هذه الفرص المتاحة، تصبغ العلاقة بقدر من الراحة التي لا تحدث في العلاقات الأخرى. ففي الزواج، لا يتمثل العراء في التجرد من الملابس، بل التجرد من كل ما هو خارجي لتبقى في هذه العلاقة "أنت" كما "أنت".

في الزواج، ربما لن يقول لكي "تسلم إيدك" بعد كل أكلة لأنه أوقات ربما لا يتذكر ماذا أكل حالًا إذا ما ذهب ليغسل يده، ليس لأنه لم يكن جميلًا وإنما لأن طبيعة الرجل تقوم على التفكير في موضوع واحد، قد يكون مديره الذي ترك له كلمة لم يستطع تفسيرها، أو ذلك

القرار الذي يجب أن يأخذه بعدما يصحو من نومه!

في الزواج، لن تكون جميلة الروح كل وقت، فالدورة الشهرية تصيب بعض النساء بالعصبية، وتصيب بعضهن بحالة اكتئاب وسوء مزاج تجعلها تتذكر لك تلك الواقعة التي حدثت من 17 سنة يوم خميس الساعة أربعة وعشرة العصر، وكنت تقف على الدرجة قبل الأخيرة من السلم، وطلبت منك أن تحضر خبزًا، فقلت لها: وما جبتيش ليه وانتِ في السوق!

في الزواج، بتحصل عداوات غير مفهومة بين زوج أختك وزوجك لأن أحدهما قرر "يتنطط" على الثاني بأي فارق بينهما، منافسة تحدث وكأنها مكتوبة على الجبين، وبالطبع تحدث بين "السلايف" من النساء وأعان الله العالم على نتائجها.

في الزواج، سيكون للطرف الآخر أهداف إن لم تعرفها ستظل تسأل نفسك لماذا يفعل ذلك وما أهميته؟!

في الزواج، سيكون ماتش الأهلي أهم من زيارته لوالدتك المريضة، ليس لأن والدتك أقل أهمية بالنسبة له خصوصًا لو كانت

مَنْ دخلت له الجمعيات وسددت عنه بعض الأقساط، لكن لأن طبيعة الرجل تنافسية تميل إلى دخول حرب إما بنفسه أو عن طريق شيء ينتمي له، ويعتبر نجاحه نجاحًا، إضافةً إلى رغبته في أن يحتفظ بأي ذكرى من أيام العزوبية، وبالطبع لأنها لعبة شعبية تشكل جزءًا من حياته تُشعره بالسعادة التي ربما هو نفسه لا يعرف سببها!

في الزواج، لن يكون كل الكلام عن عينيك ولا تقاسيم جسدك، بل سيكون هناك حديث حول عدم كفاية النقود، أو احتياجات لابد من الوفاء بها.

في الزواج، عيلة من هنا وعيلة من هنا، وكل واحد فيهم شايف الطرف الذي يخصه أكبر من هذه الزيجة، وأنه ملاك لا يخطئ ولا ينزل السوق حتى لا يؤذيه البشر، حتى لو كانوا يعانون منه أشد المعاناة وكانوا يدعون أن تتم زيجته ليكسروا خلفه زيرًا!

في الزواج، ظروف تأتي من الخارج، مُناخ يجعل البعض في مزاج سيئ، ومشهد في المواصلات ربما يُعيد الطرف الآخر للبيت وهو في غير حالته، كلمة تأتي على الجرح لديك، وما كان الطرف

الآخر يقصد بها شيئًا أبعد من معناها الضيق، وفيه عالم يضغطنا جميعًا فيفقدنا القدرة على التعبير لأنفسنا عما يعترينا، فيما بالك بشخص آخر حتى لو كان نصفك الآخر؟!

نعم.. الزواج حياة بكل ما فيها، ليست وردية ولا يوجد فيه ملائكة، حياة يجب أن تدخلها "بنضج"، "بوعي"، يجب أن تدخلها وأنت تستعد للاختلاف قبل الوفاق، تستعد لكل سيناريوهات الحياة الطبيعية دون تهوين أو تهويل، تستعد بأن تقرأ عن طبيعة الطرف الآخر.

تفهمي أن الرجال لا يهملون الأشياء الصغيرة مثلًا، لكن الرجل لم يخلقه الله ليهتم بالتفاصيل، ولا ترى عينه إلا التغيرات الكبرى، أن الرجل يُقيم نفسه من خلال عمله، وأنه حين يهتم به لا يعني أنه يهملك ولكنه قرر أن تكونا كيانًا واحدًا يرى أن نجاحه لابد أن يكون من خلال الجهد الأكبر في الميدان الذي يعتبر مسئولًا عنه وهو العمل.

وتفهم أن طبيعة المرأة "وجدانية" ولو اعتلت مناصب العالم،

وحصلت على أعلى ما تم وضعه من شهادات، فالكلمة الطيبة بالنسبة لها كالماء الذي يحيي الزهرة في أرضها، والاهتمام - ولو بالقليل - يجدد خلايا إنسانيتها، والضم الجسدي في حنو يجدد طفولتها التي لم تنفصل عنها ولكنها استجابت للكبر حتى تستقيم الحياة، تحتاج إلى أُذُنك لتسمعها، ثم إلى لسانك لتسمعه، تحتاج إلى إشارة رضا، ربما تجعلها تسير في خط مستقيم لشهور، تحتاج تعبير عن حاجتك لها لتمنحك حياتها عن طيب خاطر، وربما تتنازل لك عن حياة الورثة، تحتاج أن تشعر أنها عندك مميزة، ولو قالت لك إنها تعشق تراب قدم أمك وتعشق حبك لها، لكنها تنافسها على قلبك ويريحها أن تكون الأولى ولو للحظات، ولو كان تميزها بتلك الحلوى التي تُحبها والتي تعطيها لها سرًّا، وكأنها الأسلحة الممنوعة التي عانيت حتى أدخلتها بيتها رغم الحراسات التي تشغل صالة شقتكم وباقي حجراته!

فهم "حالة" الزواج، متطلباته، طبيعة شريك الحياة، طبيعة العلاقة به، متطلبات العلاقة، كيفية تخطي المشكلات، استيعاب فكرة تجاوز النفس لصالح مؤسسة الزواج؛ كلها وغيرها أمورٌ..

الوعي بها شرطٌ لاستمرار الزواج، لنجاحه، لتحويله من حالة الخديعة الكبرى التي تحدث للناس إلى حالة متوقعة ومحسوب الكثير من مواقفها، سيتحول من توصيفه ببيت الرعب الذي يصر المراهقون على دخوله في الملاهي، ثم يظلوا طوال السير فيه يصرخون؛ لأنهم لم يتوقعوا أبدًا ما يرونه فيه من وجوه ومشاهد!

وقبل أن أدخل على مرحلة الخطبة أرى أنه لازال لديّ الكثير لأقوله عن هذه المرحلة وفيها، بل وربما فكرت في عمل مؤلف خاص بها لما أراه وتراه أنت معي حولك من نتائج بالغة السوء نتيجة لسوء الاختيار، أسأل الله أن يعطيني القدرة على فعل ذلك، فقد ناديت من فترة تزيد عن الثماني سنوات بأن نقوم بعمل تأهيل نفسي لكل الشباب والفتيات في عمر الزواج، نقوم به في الوحدات الحكومية، في مراكز تحسين الصحة في القرى، فليس مشكلة وطننا أن لدينا أطفال كثيرين يأتون علينا أن نوقف تدفق النسل، بل لدينا أسر غير مؤهلة لطفل، وبالتالي تصبح نعمة الله من القوى البشرية نقمة يجب وقفها، وإن كان لدينا تخطيطًا استراتيجيًّا سليمًا لأهّلت الوالدين أن يكونوا أزواجًا أولًا، ثم ليكونوا آباءً ثانيًا، فلا تعد فكرة إنجاب العيال مصيبة!

ثانيًا:

مرحلة الخطوبة

- تخلص سريعًا من الأقنعة .
- اختبر ما تريد دون خوف .
- احذر العلاقات المشروطة .
- لا تتعجل ما خُصص للزواج .
- لا تخف قرار الفسخ

1 - نتخلص سريعًا من الأقنعة

رغم أن كل المشاريع تقوم على تحديد دقيق للإمكانات المتاحة، وتوصيف واضح لكافة الجوانب المتضمنة فيه، إلا أن مشروع الزواج يكاد يكون المشروع الوحيد الذي يبدأ بأكبر "كذبة" في التاريخ الإنساني، تلك الحالة التي تتمثل في الأقنعة التي يرتديها الزوجان في مرحلة الخطبة!

فبدلًا من رفع حقيقي للواقع، ومحاولة فهمه، وإيجاد طريقة للتعامل معه، أو حتى أخذ فرصة للإقرار بقدرتنا عليه من عدمها، نقوم بتزييف الواقع حتى لا تكاد تجد خطًّا مشتركًا واحدًا بين هذين الشخصين في مرحلة الخطبة وبينهما ذاتهما في مرحلة الزواج، وكأنهما شخصان آخران.

تبدأ الأقنعة من تلك "الأفلطة" التي تبدو في المظهر، وتلك

الملابس التي يضطر البعض لاستعارتها حتى لا يظهر مع الخطيب بنفس الملابس مرتين، وإلى التباهي بشخصيات عائلية ربما لو رأوهم في الشارع لا يعرفونهم، مرورًا - أيضًا - بجو الملائكة الذي نضفيه على أنفسنا، وتلك الحالة الشديدة من الاهتمام والتي فيها يطلب الخاطب أن تُبلغه خطيبته بخط سيرها وإن كانت نزولًا لعم أحمد صاحب الكشك الكائن بحوش بيتهم لتشتري كيلو أرز، ثم هو بعد الزواج ربما لا يعرف أين قضت يومها لانشغاله أو لأنه اعتاد أنها لا تذهب إلا إلى أماكن معينة بينما هي تراها إهمالًا لأنه في نفس ظروف العمل، ولم يجد جديدًا سوى أنها أصبحت زوجته، وأنه تبعًا لقولهن "شال وش الحنية والغيرة والاهتمام اللي كان مركبه"!

أو تحولت هي من تلك الفتاة التي تنتظر حتى يعود لبيته وتتأكد من أنه أكل لتأكل حتى لو أوشكنا على صلاة التراويح في رمضان ولا تزال صائمة، بينما هي نفسها لا تنتظره لو تأخر دقائق على موعد غدائها مع أولادها أو في زيارة عائلتها، وربما حتى

لا تسأل إن كان أكل أو لم يتمكن من ذلك، وتجده يقول "كانت بتقولي اللقمة ما بتتبعلش وأنا مش متأكدة إنك أكلت، دلوقت ممكن اللقمة تبقى قطر يعدي عادي ومش مهم أنا أكلت ولا ما أكلتش، خلاص بقى شالت وش الملايكة"!

تلك الوشوش أو حتى الرتوش هي الحالة التي فيها نخدع أنفسنا قبل الآخر في مرحلة الخطبة، وذلك اللغم الذي نزرعه في مشروع حياتنا، والذي سينفجر يومًا ما لا محالة، هو ما يجب أن ننزعه قبل أي شيء.

يجب أن نكون "أنفسنا" في مرحلة الخطبة، يجب أن يرى الآخر حقيقتنا، فنحن لسنا في رحلة سنلتقي فيها في حديقة بما نختار من ملابس ومن أوقات ومن أمزجة داخلنا لنظهر بها، بل هي رحلة حياة سيغلبك فيها طبعك، وسيظهر فيها أصلك، وستكون فيها كما أنت، مهما اجتهدت في غير ذلك.

لا مانع من أن تقابل خطيبك في حالتك السيئة ليفهم كيف تكون، لا مانع من أن تذهب لها بعد العمل دون حلاقة ذقنك،

ودون أن يكون "مخك المهني" متوقف لأنك ستعود به بعد ذلك كل يوم، لتعرف كيف ينتهي، ومتى، وتحت تأثير أي شيء، لا مانع من أن تعبّر عن أنك لا تحب طريقة والدها في كذا، ولا مانع في أن تبلغيه بأن لديك مشكلة مع التسفيه منكِ، ليس هناك حرجٌ من أن تخبرها بأنك كبير عائلتك وأنك ستلتزم بالواجبات العائلية أيًّا كانت، لا مانع من أن تلغي لقاء لأن لديك عمل ستسلمه بدلًا من أن تلضم الليل بالنهار لتكون معها، ثم بعد ذلك تتخلف عن حتى الجلوس للحديث معها لدقائق أثناء الزواج؛ لأن لديك مشروع ستسلمه، لأنها لا محالة ستقارن هذا الحال بهذا.

وإن كان ذلك في الأمور البسيطة فالأمر جد خطير في الأمور الفاصلة، خاصةً أننا في دراساتنا النفسية نجد تطبيقًا فعليًّا للمثل القائل "لكل فولة كيال"، أو أن لكل شخص مهما كانت عيوبه - من وجهة نظرنا - شخصًا يراها مميزات ويبحث عنها.

فمن الحالات التي لا أنساها رغم أنها مرت عليّ من سنوات ربما تعود إلى 2010 وأتذكرها لفداحة رد فعل الزوجة - من

وجهة نظري - والذي تميز بدرجة كبيرة من العنف؛ لأنها اعتبرت نفسها خُدِعَتْ منه وكانت تكرر "هادفّعه تمن ضحكه عليّا غالي".

تعود القصة إلى ذلك الشاب الذي تقدم لفتاة من أحد الأقسام في الشركة التي تعمل بها، وكان منقولًا حديثًا من مكان آخر، لم يتحدث معها كثيرًا وطلب منها أن يجلس معها لبعض الوقت لرغبته في التقدم لها، قالت: "بهرني أنه واثق من نفسه، ما سألش بقى أي رغي زي الرجالة، وأنا كان عندي 29 سنة، والحقيقة معجبة بنفسي، وبشتغل وأهلي كويسين جدًّا، مش محتاجة الشغل أصلًا يكفي إني أقولك إن الكوافير بتاعي وبنزين العربية والأكل في الشغل ممكن يعدوا المرتب، بعيدًا بقى عن اللبس، والفسح،... وغيرها.

كنت قول إيه؟!! جنني ابن....... بصي عمري ما كنت بقطع كده، بس وحياة أمه لأوريه، أه... كنت بقولك عجبتني ثقته بنفسه، وإنه دخل دوغري وانتِ عارفة بقى البنات اللي عاملة نفسها مستقلة، دية النوعية دية بتاكل معاها، لدرجة إن صحباتي في

"الإصبا" بعدها قعدوا يقولولي لو مش هاتاخديه قولي ندخل إحنا، عارفه بقى التقل، والكلام المحدود، والنضارة، مكنتش أعرف ابن..... إنه بيخبي أصلًا بلاوي، هاموت يا دكتورة أنا خدت على قفايا كده عادي!! المهم كنت واقفة لغاية فين؟! أه. كنت بقولك البنات هتتجنن عليه، المهم قعدت معاه، سابني أتكلم زي اللي مقعد قدامه تلميذة، وقت القدر بقى قلت لأهلي أوكيه في واحد هييجي كذا كذا وأنا عايزاه، دادي قالي جالك أحسن منه كتير وآخرتها ده!، قلت له: أه، رجولة بقى وجدع، وأنا عايزه حد يشكمني وإلا مايبقاش لها لازمة أصلًا.. اتخطبنا شهور كان وقتها في أربع شهور منهم في مهمة للشركة في محافظة...، رجع بقى مستعجل على الشقة، كنت أنا طبعًا عملت جدعة أنا وجبت ناس من عند دادي يخلصوا الشقة كانت نص تشطيب، هو كان 33 سنة وكان قال إيه بيقولي مكنتش عاوز أتقدم لواحدة إلا وأنا معايا شقة!. في الأربع شهور دول وحياة أمي رجع لقى الشقة خيال بقى مش مصدق، وفتحت له الفيزا بتاعته، صراحة بس عملت بقى بالعلاقات اللي لا هو ولا أهله يعملوها، أه بمناسبة

أهله أنا ماشوفتش غير أخوه الكبير عشان أمه كبيرة في البلد، ومراة أخوه قاعدة بيها، ورحت زورتها مرة بعد الخطوبة. قشطة يعني ست عادية طيبة، بس مش بيتكلموا كأنك قاعدة في كهف، كنت أنا بقى عاملة زي اللي بغني وأرد على نفسي، مش بيعملوا حاجة غير بيحطوا أكل وحاجات، قعدت أجري تاني يوم كام ساعة عشان أضيع اللي كلته عندهم، المهم.. معلش أنا ضيعتك معايا يا دكتورة، بس متغاااظة ومش مجمعة، بصي لولا إن أنا من بيت رياضي والتدخين بيزفت الصحة كنت دخنت وحرقت أي حاجة، المهم يا دكتورة قبل ما تطرديني، اتجوزنا بعد كام شهر من رجوعه تقريبًا كملنا السنة خطوبة، وإحنا في بيتنا.. لا، لا، اتخطبنا سنة وشهر وكام يوم عشان كنا قايلين سنة وطوّلنا، طول الفترة بتاعة الخطوبة عادي بنتقابل، بنروح نقعد في أماكن، بيتكلم وأتكلم أنا، برغي أكتر بس قشطة، يعني بيتكلم هو كمان، والستات معروف أنهم بيتكلموا أكتر، هو بيشتغل كتير عشان الجواز، أنا بخلص شغل وبقابل صحابي فأنا عندي حكايات.

اتجوزنا ولقيت بقى صنم.. وحياة ربنا صنممممممممم، مش بيتكلم كلمتين على بعض، بيقرف بشكل مؤؤؤؤرف، أرف لدرجة إنه بيرجع بعد العلاقة الزوجية، استحملت شهرين، وبعدها قلت مش هينفع لازم أقعد أتكلم معاه، لقيته بيعيط ويقولي أنا هاقولك الصراحة، ومش عايزك تزعلي ولا تدعي عليّا!! قلت هايقولي حد اغتصبه وهو صغير، أمه مش أمه، الحاجات بتاعة التليفزيون دية، لقيته يا دكتورة بيقولي: أنا ماليش في العلاقات بالناس، مش بحب القرب، إحنا عيلة مقتصرة خالص، أبويا - الله يرحمه - كان شديد، وكان حابس أمي، وأنا وأخويا طلعنا مالناش علاقة بحد، بس أخويا سافر أول ما اتخرج؛ فاضطر يتعامل مع الناس، واتجوز بنت خالتي وهي تقريبًا زيه زي ما شوفتي، أنا ماكنش حلمي أتجوز، بس أنا حبيتك أول ما شفتك، وأنا كنت بشوفك من أربع سنين من أيام ما كنت باجي من فرع الشركة اللي في... لكن عمري ما فكرت عشان المشكلة دية إني أقرب، وكل فترة أسأل اتجوزتي واللّا لسه، قلت له عشان كده قعدت معايا تقولي عاوز أتقدم قبل ما تسألني مرتبطة واللّا لأ. قالي أنا عارف عنك

كل حاجة، بس حقيقي أنا عاجز إنسانيًّا، أو اجتماعيًّا سميها زي ما انتي عايزه، بس صدقيني مش قادر أعيش وفيه حد معايا، حاسس بجحيم في الحياة. شغلي اتأثر لأني حامل هم إني هارجع ألاقي حد في البيت، أنا قاعد هنا لوحدي بقالي 8 سنين، وبرجع لأمي وأخويا في البلد كل أسبوعين عشان بس أطمن على أمي وصلة الرحم. ودخل لي بقى في اسطوانة وانتي أحسن ست في الدنيا، وانتي ألف راجل يتمناكي، عارفة الاسطوانة بتاعة الرجالة لمّا يكونوا هايسيبوا واحدة، بس ده بيبقى قبل الجواز لكن أبقى لبست جوازة هتخلص بعد شهرين!!

عملت فيها بقى صفية زغلول الله يديها الصحة لو عايشة ويرحمها لو ماتت، وقلت له وماله يا حبيبي أنا أقف جنبك، وأنا طبعًا هاتشل منه، هاموت منه، بس بلعت الصدمة وقلت أعقل..

قالي أصل متهيأ لي مفيش أمل لأن أنا بقالي ست سنين بحاول أعالج نفسي، المهم طلبت منه نآخد فرصة، آه صحيح ده كان عدى أربع شهور معلش مش مركزة، قلت له خلينا نجتهد مع بعض، وانت جوزي

وأنا هاتحمل معاك، قعدنا بعدها تحسي إننا في متحف، أنا حتى طبيعتي وقفت مش عارفة أتكلم كتير عادي، ولا أسكت عشان هو يتكلم، العلاقة الزوجية كأنها خرج ولم يعد، يعني كانت قليلة قبل ما نتكلم زي ما يكون بقى حصل بلوك بعد الكلام، أو زي ما تقولي أنا مش خلاص قلت لك يبقى خلاص بقى، ألبس، أعمل، أحاول،..... مفيش!!!

عدى شهرين وجه عيد ميلاده قلت بس بقى الليلة يا عمدة، وعملت كل الحاجات اللي بصي بقى يعني لو إيه يعني................ ودخلنا بقى وصلنا للمرحلة الأخيرة.. السرير وهنقابل الوحش، وحصلت أوحش حاجة في حياتي - بدأت تبكي وتبدو مهزومة لأول مرة طيلة وقت الجلسة - أول ما بدأت أحط إيدي عليه يا دكتورة لقيته بيبكي ويقولي والله أنا نفسي أخدمك بس حقيقي مش عاوز!!

أخدمك!! مش عاوز!! حاجة تكسف الست يا دكتورة، تخيلي لو - سوري يعني - جوزك عملها معاكي، قمت ودخلت الحمام قعدت أبكي.. أبكي.. أبكي.

وقتها بقى حسيت إنه ضيعني، حسيت إنه لأ بقى، لما انت عارف إنك مش عاوز ست، ولا عاوز حد، وبتعرف تعيش لوحدك وكل حاجة لوحدك، ليه اخترتني أنا وانت شايف يعني إني باين عليّ يعني مش هاقضيها.. أصله راجلي وهاعيش معاه ساكتة، وأنا عقلت على أهله.

قعدنا تاني، قالي أصلي فهمت من تأخرك في الجواز أنك مستقلة ومش فارق معاكي الراجل، وسألتك عن الخلفة فقلتي دية أرزاق، وإنها مش حاجة ضرورية، فقلت بس هانعيش كل واحد في حياته، بس في بيت واحد، مبقتش عارفة أضحك، ولا اقتله، واللّا إإإإإإيه.

طب ليه خبيت عليّ؟!! عشان نكمل الجوازة.. طب ليه ما سبتنيش أختار؟!! طب ليه كنت فيه مواقف مكنتش بتسيبني حتى أفهم منها طبيعتك ديه؟!! أصل أنا قلت طالما قبلتيني يبقى انتي فاهمة.. هافهم إن فيه واحد بيعمل كل حاجة عشان يتجوز، ومع ذلك مش بيحب يعيش مع حد، وبيقرف من الناس، ونفسه يتجوز

عشان كل واحد يعيش لوحده جوة البيت!! ده احنا شقتنا 280 متر، يعني كنت بدور على أوضة أنام فيها لوووووحدي؟!!

ظلت تبكي.. وتبكي، وتكرر: والله لأدفعه تمن ده غالي، أنا أخدت كل حاجة.. كل حاجة منه، وبعتّ إيميل لفرع الشركة الأم، واتفصل من شغله، وعملت مشكلة في الشقة وخليته يتعمل له محضر سرقة تيار، غشني يا دكتورة، خلاني مطلقة بعد شهور، جواز من جوازة.. جوزي ما جاش جنبي فيها غير ست مرات أول مرة دخل الحمام فورًا، وفكرت عادي بعد كده مكنش بيلحق نفسه من الترجيع...."

طبعًا مشكلة الحالة متطرفة، أو هي حالة مرضية، لكنها كانت أوضح مثال على "قناع" الخطوبة، بل ومثال على أن هذا الشخص لم يفهم أن هناك مَنْ هي مثله، مثلما وجد أخوه زوجة تناسبه، لم يبحث عن علاج حقيقي لمشكلته، ويبقى بعد العلاج الجزء الخاص بطبيعته الشخصية، فبعيدًا عن العلاقة الجنسية وطبيعتها المريضة في هذه الحالة، إلا أن نمط الرجل الصامت الذي لا

يتحدث كثيرًا ويأتي البيت كأنه زائر، يشعر زوجته وأولاده أنه في المكان الخاطئ متكررة، وكان يمكن أن تمر بحالة زوجية معقولة نوعًا ما مع شخصية أخرى أكثر مناسبة له، فبعد هذه الحالة تقريبًا بعامين وبضعة أشهر جاءتني سيدة تعاني؛ لأنها شخصية شبيهة بهذا الرجل وزوجها يرغب في تطليقها لأنها لا تميل للعلاقة الزوجية، ولا تحب الجلوس والحديث معه!

لعلني أوضحت لك ضرورة أن نخلع أقنعتنا وقت الخطوبة، وأن نكون نحن بذواتنا، بأشكالنا الحقيقية حتى ما هو قاتم منها؛ لأنه سيظهر لا محالة.

2 - اختبر ما تريد دون خوف

إذا ما سألت أي شخص عن أي مكروه وقع له، ستجده يقول لك بصورة شديدة الطبيعية: والله كنت حاسس بس مش عارف إيه اللي ما خلانيش ما أخدش وأدي!!

بل أن بعض المتصوفين يذهبون إلى أن الله - سبحانه وتعالى - يرسل لنا رسائل بما يمكن أن يقع لنا من مكروه بعضنا يقرأها ويحتاط، والبعض الآخر لا يجيد قراءتها ويقع فيها.

ويذهب البعض الآخر إلى أن أي شيء يقع للإنسان يُعرض على عقله أولًا فإذا ما قبله وقع.

وبعيدًا عن هذا التفسير أو ذاك وسواء اتفقت مع التفسير الديني أو اختلفت؛ يبقى أن هناك ما نتوجس منه، ويقع فعلًا. وهنا أستأذنك في مرحلة الخطوبة أن تختبر كل ما تريد دون أن تخاف من شيء.

فإن شعرت بأن هناك تخوفًا ما تشعره، أو أمرًا غير متأكد منه حاول أن تختبره فورًا ولو بموقف اصطناعي، فربما الانتظار عليه حتى يحدث بشكل طبيعي لا يجعله يقع إلا بعد الزواج.

فإن حدثتك نفسك على بخله، اختبري بُخله بشكل اصطناعي، وإن خشيت من سيطرتها حاول اصطناع موقف تؤكد فيه أنك ستكون صاحب الكلمة الأولى، حتى إن وصل الأمر إلى السؤال مباشرةً عما تخشى أو يدور في ذهنك أو تخاف من وجوده.

ومن الحالات اللطيفة - إن جاز التعبير ربما لأنني أحب الشخصية التي وقعت لها الحالة - تلك الفتاة التي قابلتها في إحدى الندوات التي عقدتها حول معنى الزواج، وأرسلت لي - وأنا على المنصة - أن الموضوع أعجبها وصعدت لي بعدها وتبادلنا الإيميلات، وكلما أرسلت لي ذكرتني بكلمتها التي أرسلتها لي على المنصة "عظمة على عظمة يا ست"، فنتبادل التهاني عبر الإيميل دون حتى مهاتفة.

بعد سنتين وبضعة أشهر، أرسلت لي أنها ترغب في مقابلتي مقابلة مهنية، جاءت في الموعد المحدد، وكنت أتذكر أنها

مخطوبة، فسألتها عن خطيبها وكان ذلك حوارها "خطيب إيه بقى ما خلاص فركش، أومال جيتلك ليييه؟! ما أنا كان زماني استفدت من محاضرة الجواز وماجتش - لم أسألها عن السبب؛ فعادةً في اللقاءات المهنية نترك للشخص تحديد الموضوع الذي يريد الحديث فيه - بضع ثواني صمت، ثم قالت: أنا فركشت يا دكتورة، وقلت أجيلك عشان صحباتي وولاد خالاتي بيقولولي وعمي بيقولي إني يمكن أكون اتسرعت، الموضوع له بداية كده لازم تعرفيها في حياتي عشان تعرفي أساس الموضوع. أنا أبويا مات من زمان، وشلت مع أمي تقريبًا من وأنا صغيرة كنت بروح أودي الهدوم اللي بتفصلها للعراوي، أرجع من المدرسة أمسح الشقة عشان الزباين بتوع أمي، عشان ليّا أخ واحد صغير أوي، بابا ميت وسايبه عنده تقريبًا 3 سنين، وأنا كنت 9، أبويا كان مريض يعني، وأنا وأمي شلنا الهم مع بعض، وأخويا طلع زي عيلة أبويا صدرهم ضعيف، أبويا مات بالالتهاب الرئوي، وعمته من زمان يقال إنها ماتت كده برضه، فأمي كانت مهتمة بصحة أخويا وكنا متفقين ما نتعبهوش، ونغذيه كويس وكده، طلعت شايفة

الست بتعمل كل حاجة عشان خاطر عيشتها، جه (فلان) جواز صالونات، بس بصراحة ارتحت له، مؤدب، متدين، جدع، أهم حاجة إنه بيشتغل من وهو صغير مش معتمد على أبوه، ملى دماغي ودماغ أمي وعمي اللي هو وليي بقى، اتخطبنا بس كان عندي شوية كده خوف، أو صوت جوايّا كده بيقول إنه يبص للست نظرة مش أد كده، كل ما يتكلم يقولي لازم عمك يبقى في الموضوع، أصل مش هينفع طنط هي اللي هتبقى ظاهرة. حاجات كده يعني.

قلت: وطبعًا ماما بالنسبة لك ست الكل! كنت أحاول أن أفهم هل الموضوع بدأ فقط بالأم، أم إنه – فعلًا – تصور أو توجّه نحو المرأة لاحظته منذ البداية. قالت في سرعة شديدة: لااااا.. ما لو كان الموضوع ماما كنت هقول حماته بقى وانتي عارفة كتير من الرجالة عندهم "أرتيكاريا" من الحمَى، زي ما قلتي في محاضرتك، لكن لأ الموضوع حسيته توجه عام، تعليقاته على دور الست دايمًا سخيفة، وفيها عارفة حركة إلـ "هئ" ديه اللي هو "هئ" والست بقى عملت إيه عشان الحياة؟! يتكلم على سواقة الست، على

نزول الست من البيت، عن أي واحدة كاتبة مقال مثلًا، يقول لها والنبي يا حاجة انتوا لو تسكتوا هتبقى الدنيا تمام! زاد الموضوع أوي، وأنا بدأت أسأله أسئلة كده زي رأيه في شغلي؟! أنا طبعًا يا دكتورة لازم اشتغل عشان محدش يصرف على أمي، وميبقاش ممَرّر عيشتي بقى عشان الموضوع، وأنا كمان ما أعرفش أقعد، كان يقول أه اشتغلي يا ستي عايزه تتعبي نفسك اشتغلي المهم البيت ما ينقصهوش حاجة أبدًا، قعدت الحقيقة أفعص فيه عشان أفهم، لغاية ما جه موقفين ورا بعض أنا عملتهم ومش مكسوفة أقول ده، الموقف الأولاني قلت له إن مرات عمي عايزه تشارك أخوه في حاجة كده هم بيعملوها، ولقيته بيتهرب، زنقته، لقيته بيقولي يا بنتي إحنا مش بنشارك ستات، ومع إلحاح البنات بقى لقيته بيقولي الستات لو دخلوا في حاجة يخربوها، وممكن بقى بنقص العقل تضيع الدنيا!!

الموقف التاني بقى قلت طب أشوف ده تطبيقه إيه على حياتنا، أنا مهندسة يعني لازم هاقيس الحكاية وأمترها، قلت له نلعب لعبة

الصراحة، وكل واحد يقول للتاني كان يتمنى إيه في شريك حياته، وبدأت أنا وقلت حاجات فيه وحاجات مش فيه عشان أشجعه أو سميها أوقعه زي ما بنات خالتي وعمي بيقولوا، جه دوره في اللعبة وأول حاجة والحاجة الوحيدة اللي قال إنه كان يتمناها ومش فيا، إني أكون اتربيت على إيد راجل مش على إيد ست، وإن موت أبويا وأنا تسع سنين وعياه قبلها خلاني أكيد ناقصني أشوف حياة على راسها راجل مش واحدة ست، وإن لولا عمي أمي كانت ظهراه في الموضوع لا كان هو ولا عيلته وافقوا على الجوازة؛ لإنه لما بتاخدي واحدة من إيد راجل غير ما تاخدي واحدة من بيت ست!

أحببت أن تأخذ هدنة حيث لاحظت أن نَفَسْهَا يتسارع بصورة أعلم أنها تجهد الإنسان، قاطعت صمتها، وقلت: وطبعًا دية كانت بداية النهاية؟!

قالت: لاااا دية كانت نهاية النهاية يا ست. ابتسمت، ثم قالت: حسيت إن الحمد لله إني ما اتجوزتهوش، حسيت إننا كنا هنضايق بعض، مش بعيب عليه؛ كل واحد وتفكيره، فيه رجالة

كتيييير بتشوف الست كده، حتى في أساتذتنا في الجامعة، واللي كتير منهم سافر برّه أو شارك زميلة له في أبحاث أو تتلمذ على يد أستاذة يدين لها بالفضل، فهو مش حاجة غريبة، لكن مع واحدة كانت بتشوف أمها بتوصل الليل بالنهار عشان ولادها، بواحدة شالت جوزها سنتين مرض شديد منهم كان بيتحط في حاجة اسمها الحجر الصحي، أنا بنت ست وأعظم ست، صعب أوي أتجوز راجل بيشوف الست كائن قليل والنقطة السودا الوحيدة اللي شايفها فيا أنا بعتبرها أحلى حاجة فيا.

وتعرفي يا دكتورة.. هو مازعلش لما قلت له مش هنقدر نكمل مع بعض، تعرفي قالي إيه؟! قالي إنتي طلعتي أجدع مني لأنك قدرتي تاخدي قرار أنا مكنتش عارف آخده، مكنتش مرتاح بس مكنتش عارف لا أكمل عادي ولا أسيبك!"

وبالطبع، هناك الكثير من الحالات التي لم تقم بفحص ما يخيفها أو تشعر به ثم تتفاجأ به يخرب حياتها بعد الزواج، والإشكالية هنا كما ذكرت في بداية عرض الموضوع أن الشخص

يلوم نفسه قبل أن يلوم الآخر بأن ما يظهر له في الزواج ولا يرضيه من الشريك كان لديه هاجس منه لكنه لم يمشي خلفه ليكتشفه، خاف أن يوقف له خطبة فدمر له زواجًا، أو حتى دمر له حياته لأنه لا يستطيع أن ينهي الزواج لدخول أطراف أخرى ستُظلم ليس لها ذنب في ذلك!

تحروا ما يخيفكم.. أسكتوا الأصوات التي بداخلكم بالتأكد.. ما من شيء ينبت داخلك، ويثير تساؤلًا إلا لأن عقلك لم يستطع أن يمرر الموضوع دون توقف.

3 - احذر العلاقات المشروطة

المسوخ.. نعم.. المسوخ. هؤلاء الأشخاص الذين يسعون دائمًا إلى أن يكونوا للآخر كما يريد، فتراهم بألوان الشخص الآخر، يذكرونني بذلك الشرح الذي تعلمناه عما يُشخص بأنه Screen Personality أو الشخصية الشاشة، وكما علمونا أنها تلك الشخصية التي تعكس الآخر، فحينما تجلس مع شخص تجدها هو، أو تتقمصه وتعيش طريقته ومنهجيته.

وبعيدًا عن هذه الحالة المرضية التي أضعها فقط للمثال ولتوضيح ما أريد، فإن ما أعنيه هنا هو التغيير الذي تصطنعه لنفسك "تصطنعه وليس تصنعه" لأن الاصطناع يتضمن تكلف أكثر من صناعة الشيء، فربما أُحدث أن تغييرًا ذاتيًّا أراه مناسبًا لي، وهذا ليس عيبًا أبدًا فمن منا بقي كما هو مع تغير السنوات أو الأشخاص الذين قابلوه، لكن أن تتحول دون رضا نفسي واختيار شخصي حر، هذا ما أسميه صناعة المسخ.

وفي الخطوبة تتم هذه العملية من خلق المسوخ الشخصية في بعضنا البعض بأن يضع لك الخطيب حالًا معينًا تكون عليه ليقبلك، وهذا ما نسميه العلاقات المشروطة.

والحقيقة أن هذه العلاقات من أكثر العلاقات ضغطًا والتي ننصح دائمًا بالحذر منها، فمن يختارك محجبة كان يرى أنك محجبة أو غير محجبة وقت اختيارك، ومَنْ اختارك ووزنك يتخطى المائة لم يخفِ ذلك عليه، ومَنْ قبلك وأنت تهتم بكلام الناس رأى ذلك منذ البداية، ومَنْ رآك رومانسيًّا، ومَنْ رآك..... كلها أمور واضحة من البداية، كلها أمور لم يخدعك فيها الآخر. وبالتالي كان اختيارك له حرًّا، وهو أيضًا اختار نهجه في الحياة بحريته، وتبعًا لأولوياته في الحياة.

وبالطبع يقع ذلك على الأمور المحورية في الشخصية، وليس عادة يمكنك التوقف عنها، أو أمور ستختلف لا محالة بعد الارتباط بشخص سيكون له حق في قبول أو رفض هذا السلوك لأنه سيشاركك الحياة، فمن كانت علاقتها بأقاربها من الشباب

مفتوحة قبل الخطبة والارتباط برجل وارد أن يضع الخطيب القواعد المنظمة لهذا أو حتى يحدث ذلك بشكل تلقائي من كل الأطراف.

أما التغيرات الجوهرية الخاصة بكونك خجول مثلًا أو شخص غير اجتماعي، ويُطلب منك أن تكون جتماعيًّا تتعامل مع الناس حولك بمنتهى الانفتاحية والأريحية، فهذا أمر صعب يُدخلك الآخر فيه على عكس راحتك، وعلى غير ما تُحب لنفسك، خاصةً لو كان ما يريده من الانفتاحية على الناس بطريقته هو، "بنكهته" في العلاقات، كأن يكون ممن يميلون للزيارات دون سابق إنذار، واعتياد طلب الطعام ممن يزوره حتى قبل أن يعرضه عليه، فهذا ليس المعنى العام المتعارف على "الشخصية الاجتماعية"، ولكنها الشخصية الاجتماعية بنكهته الخاصة، بتصميمه العقلي الفريد لتعاملاته مع الآخرين.

والإشكالية هنا أن الشخص الذي يتغير لأجل الآخر – في أمر جوهري في شخصيته – يعتبر نفسه قام بإعجاز غير مسبوق،

وبالتالي يرى أن من حقه أن يحصل على دعم مقابل غير مسبوق أيضًا، ولأن الآخر يريد سرعة التغير والتحول مع دقته فهو لا يوصل الطرف الذي تغير إلى حالة الرضا عنه، مما يحبط هذا الطرف ويجعله يتأرجح بين شخصيته الأساسية التي هي أسهل عليه وأقرب لقلبه وباقي كينونته الشخصية، وبين ما يريده عليه الطرف الآخر الذي من وجهة نظره لم يُثمّن تغيره أو اجتهاده حتى في التغير!

ومن بين الحالات المتكررة في هذا الإطار، مشكلات الرجال الغيورين على نسائهم، فكثيرًا ما يأتوننا بمشكلات أنهم حاولوا أن يتغيروا لأن مَنْ ارتبطوا بهن كُن من أسر منفتحة، وبدأ التنازل تلو الآخر، ولكنه في النهاية لم يرضِ زوجته، ولم يرضِ نفسه، بل كما يصفون أنفسهم "كمن رقصوا على السلم" فلم يبقوا كما هم، ولم يرضى عنهم الآخر.

قال: اللي مزعلني يا دكتورة إن ولا هي ولا أهلها قدّروا إني يعني قلبت حياتي رأسًا على عقب.. يعني أنا راجل صعيدي

أو شرقي اللي تختاريه قوليه، سافرت ورحت وجيت بس فيه أساسيات، مش قفل.. بس كل حاجة ليها حدود، أنا عارف إن أصلها طيب وأبوها راجل محترم بس مراته بقى وأهلها كانت عايشة برة شوية هي وإخواتها، فكل شوية تلاقي عيد ميلاد ابن خالتها، اللي هي أخت حماتي اللي كانوا عايشين برّه، فتروحي تلاقي الدنيا مايعة كده، أه مراتي بتحترم نفسها وأنا معاها، بس لو سألتيني عن نفسي هقولك الحياة "بزراميط"، طبعًا عشان أحافظ على شكل مراتي كان لازم من الخطوبة أحضر الكلام ده وأنا لا بتاع حفلات، ولا بتاع أعياد ميلاد كبيرنا يعني نجيب تورتاية في عيلتنا وسنة حلوة يا عبد اللطيف على رأي أحمد آدم وخلاص على كده، لكن نعمل إيفنت ونكتب احتياجاته إيه عشان نقسم اللي هو محتاجه على بعض، وشغل المفاجآت والكلام ده بالنسبة لي كسكسي.. بس قبلت، مش هاضحك عليكي، وكان بمزاجي، بس لقيت نفسي إني بتقيم على إني رحت بس مكنتش متفاعل، مكنتش بضحك لما دخلوا على ابن خالتها ولا بنت خالتها بمش عارف إيه فرقع، ولا اتفتحت شاشة على الحيطة فيها أخته اللي في

أمريكا عايشه معانا الحدث وكله حضَن وباس في بعضه، وكأنها في الحرب وباعته رسالة من على الجبهة!

حاجة ماسخة بس بروح، وأنزل معاها أشتري هدايا سخيفة، والآخر بقى الموضوع عامل زي إيه سكتنا له دخل بحماره، بقى مطلوب مني المزيد أجود بقى، كانت بتروح الحاجات معايا، طب لو أنا مشغول!! تروح من غيري هو أنا مش لازم أحضر كل حاجة، بعدها أقبل إنها تنزل مع بنت خالتها وخطيبها عشان يختاروا له الكرافتة لون الفستان، وألاقيها بتساعده يلبسها عادي عشان خطيبته كانت عايزه تصور وتبعتها لأمها عشان تقول رأيها! من تنازل لتنازل لغاية ما بقيت لا مؤاخذة كده قفص! ورغم إحساسي ده قلت إيه لو كتبت الكتاب هتبقى مراتي بقى وهاعرف أظبط الأمور، وكتبت، وطبعًا شايف من ابتسامتك إنك فهمتي اللي حصل، أأأأأيوه.. بقيت قفص كبير، كل اللي أقدر أقولهولك إني مش عارف أركز في شغلي، إني بقيت مش حاسس بطعم حاجة، فإحنا الاتنين اتفقنا أو يعني حماتي عرضت إننا نقعد بعيد عن

بعض شوية نفكر وندرس الموضوع لأن الجواز اللي بجد مش حاجة سهلة، طيب أنا فكرت والحقيقة مش جاي عشان أسألك أكمل واللا لأ. زي ما جالك زميلي فلان قبل كده، أنا جايلك عشان عندي حنق وغضب من نفسي غيييير عادي، أنا إيه اللي عملته في نفسي ده!! ليه مرمطت نفسي كده!! البنت ما غلطتش في حاجة كانت كل ما تتكلم تقولي: هذا أنا!

بعدها بعدة أيام، وحسب الموعد الذي حددته الحمى للإقرار في العلاقة؛ تم الطلاق للأسف وتنازل الشاب عن الشبكة التي تقدر بالكثير؛ لأنه قال لأهله بأنه يقر بأن الخطأ خطأه، لأنه حاول أن يكون على شاكلة مختلفة عن طبيعته، بل عن ركن أساسي في شخصيته يصعب عليه أن يعيش في غيابه.

وهكذا الكثير من الأشخاص، نحذرهم دائمًا من أن يكون شرط حصوله على رضا الآخر وقبوله له أن يكون تلك النسخة منه، بدلًا من خلق مجالات مشتركة مع إبقاء كل منهم على شخصيته التي يحبها ويرتاح فيها.

أخيرًا، أحب أن أضيف لك أن الشخصية كل متكامل، كدائرة تروس لكل منها مقاس يجعلها تدور بشكل طبيعي، حين تُغير ترسًا فيه دون رغبة داخلية واستعداد وأسباب منطقية، وترتيب داخلي؛ فستجد كيانًا مهلهلًا لن يعجبك حتى وإن أحدث التغيير الذي تطلبه منه، ولعل ذلك ما يجعل البعض يترك البعض رغم أنه تغير لأجله، ذلك لأن الشخصية بعد التغيير كتلك السيارة التي وقع لها حادث صحيح، ممكن لميكانيكي شاطر أن يعيدها إلى شكلها الأول؛ لكنها تظل "رشه دواخل"، ومتغير لها قطع، أو على قول المشترين حين يُنزلون من سعرها "ليست فابريكة"، فهنا لم يلتفت أحد إلى براعة مَنْ أعادها سيرتها الأولى وجعلها ربما تختلط على أصحابها لكنها تظل ليست كما أُنزلت، ليست "فابريكة".

كونوا أنفسكم ولا تتغيروا إلا حينما تشعرون بأن هذا مطلب داخلي، لأن مَنْ يطلب منك تغيير "شكل" الآن، ربما يطلب منك تغيير "خُلُق" بعدها، وقد يأتي طلبه الثالث بتغيير سمة أصيلة في تكوينك وكأنه يُصنع سيارته "الإنسانية" باختيار قطعها، ثم إن

حدث أي شيء سيتركها بلا "ماركة" معروفة؛ لأنها أصبحت " ميد إن فلان" ولن يهمه وقتها هل يصلح أن تكون وجه السيارة مرسيدس، وظهرها أودي، ودواخلها فيات، والفوانيس جيب.. ألم أقل لك إنها "مسخٌ" ليس له معلم محدد!

4 - لا تتعجل ما خُصص للزواج

حينما راجعت خطة ذلك الكتاب الذي بين يديك والتي وضعتها منذ ما يقرب من سبع سنوات، لم أجد هذه النقطة في الخطة القديمة، ويبدو أنني مع مزيد من الحالات، مع سنوات أكثر من العمل في الفترة الأخيرة وجدتني مضطرة لإضافتها.

فكثيرًا ما تجد مخطوبين يعيشون مرحلة الزواج على مستوى واحد، أو أكثر من مستويات العلاقة، كالعلاقة الاجتماعية أو حتى العلاقة الجسدية حتى وإن احتفظت البنت ببكارتها!

يتعجل البعض الزواج، ويعطون لأنفسهم مبررات لذلك ربما يعطل عقلك لدقائق من حبكة عرض هذه المبررات، ومدى إقناعهم لأنفسهم بها.

فتجد من يُحدثك عن شعور بأنه "جوزي والله يا دكتورة أنا

حساه من وقت ما لبست دبلته جوزي، وبتعامل معاه على الأساس ده عشان كده مكنتش بحس إن أي حاجة بنعملها غلط"! إضافةً إلى المبررات التي تتضمن إننا مش أصنام، وأن علاقتنا قبل الارتباط الرسمي استمرت على مدار سنوات مسكنا فيها أنفسنا، أو اعتبرناها فترة خطوبة وبالتالي حينما تمت الخطوبة فعلًا تعاملنا معها تعامل الزواج.

والحقيقة التي لا يجب أن أي مجال علمي يخفيها عن البشرية تتضمن أن الحياة بأكملها تخضع لقوانين واحدة، وإن اختلف منطوقها باختلاف العالم الذي توصل إليها واستخدامه لكلمات تشبه مجال علمه الذي اكتشفه فيه! فقاعدة مثل: مَنْ تعجل شيئًا قبل أوانه عوقب بحرمانه، تتعلق بأن تتعجل ثمرة قبل أن يأتي وقت قطفها الطبيعي، فتكون عقوبتك طعمًا لا تُحبه، حتى وإن سدت جوعك لكنك لم تأكل تلك الثمرة التي كنت تتمناها، هذا أيضًا قانون ينطبق على كل أنواع العلاقات، ففي الصداقة لا تتسرع في وضع شخص في هذه الفئة قبل أن تجد منه ما يجعلك تميز بينه

وبين "الصاحب"، "المعرفة"، "الزميل"، وكلها درجات للمعرفة يمر بها الناس حتى يتقدموا لمرحلة "صديقي"!

وينطبق ذلك بالطبع على العلاقة الزوجية، كل مرحلة فيها لها طبيعتها، حدودها، وظيفتها في العلاقة، فهناك زيجات كثيرة تقابلنا نجد أن أيام الخطوبة بطبيعتها كانت هي الرصيد الذي وضعوه لدى بعضهم البعض، وجعل لكل منهما ما يسحب منه دون أن يكون سحبًا على المكشوف، كأن يقول لك: "تحملتني وقت الخطوبة يا دكتورة، كل البنات بتبقى عايزه الخروج والدلع والحاجات دية، أنا بقى بعد ما خطبتها طلبوني للجيش، وأهلها والبنات زمايلها في المصنع كانوا بيسخروا من الموضوع ده، ويا عيني نصيبك ومش عارف إيه، بس هي وقفت قدام الكل، ولما كنت بس أقول لها سامحيني واللّا كلام من ده تلاقي ردود زي إيه إنت بتتكلم في إيه؟! هو يعني بمزاجك؟! ما لسه الحياة قدامنا، حتى على الأقل يا سيدي ما أتفاجئش لما أقعد في البيت وأقولك لما اتمكنت اتحكمت وأقلبهالك نايل دراما"..... شالها الرجل لها، تغاضى

عن مشكلات بينهما في الزواج، وظل يكرر "لازم أبقى أصيل زي ما كانت أصيلة معايا، دي كانت بتشتري هدايا لنفسها وأتفاجئ إن أهلها بيقولوا تسلم إيدك، طبعًا كانت فلوسي رايحة على الفترة بتاعة الجيش عشان أجيب اللي أنا عايزه، حضرتك أكيد سمعتي إن الفترة دية بتتكلف".

وهناك بالطبع العكس، هناك مَنْ تسببت فترة الخطوبة لهم في مشكلات زوجية لاحقة خاصة لو كانت الأقنعة فيها بعيدة تمامًا عن شكل الشخصية الأساسي، أو لم يتفهما أن لكل فترة طبيعتها، وظلوا يطلبوا المطر في شهر أغسطس!

يخسر البعض كثيرًا، حينما يتعجلا الزواج إذًا في مرحلة الخطوبة التي لها وظائف، منها التعامل في حالة فضفاضة، وضع أسس للحياة، فهم الآخر أكثر، التعرف على التحديات التي يمكن أن يقابلونها في العلاقة ببعضهما البعض، التعرف على طبيعة الأسرة التي يندرج منها كل طرف منها، وما سيتأثر به الشخص، ويجب التعامل معه....الخ.

وحين يتعجل أحد الطرفين أو كلاهما استحضار حالة الزواج في الخطوبة، ليس فقط ما يحدث أن يخسرا هذه المرحلة وطبيعتها، بل يشوّها أيضًا المرحلة القادمة، الزواج الفعلي؛ لأنهما مارسا ما يجب ممارسته فيه قبل أن يتم هو وتتم له كل صلاحياته ومتاحاته، ولعل أشهر حالات التعجل التي تتم ما يحدث على مستوى العلاقة الجسدية حتى لدى مَنْ يقولون إنهم متفتحون، وإنهم لا يتوقفوا عند هذا المجتمع المتخلف بقواعده التي تجعل اثنين يرغبا في بعضهما وكبرا للسن الذي أصبح فيها الجنس احتياجًا مرهونًا بورقة مأذون أو بعمل الإكليل!

يتمرد بعضهم على ذلك في حالة من الثقة، وإعطاء المبررات، ويبدأَ فعلًا في هذه العلاقة، وبحسب أمور كثيرة تكون درجة العلاقة، من اختلاس بعض مقدمات العلاقة الجنسية في أي فرصة في أسانسير، أو حين المقابلة لدى الأهل وتأخر وجود أحد معهما، أو في السيارة، أو في بعض الأماكن التي تسمح بذلك كالسينمات وغيرها، أو حتى يصل الأمر إلى علاقة كاملة في أماكن تجهيز الشقق التي سيسكنونها، أو لدى أحد الأصدقاء!

ورغم أنهما حققا فيها ما اعتبرونه تحدٍّ للمجتمع، وتلبية رغبة، إلا أن معظم هذه الحالات يأتينا غير سعيد من حياته الزوجية، إن تمت، ونجد بعضها - وهو في الحقيقة أصعب الحالات على المستوى النفسي ومنهم قابلت الكثير - مَنْ يضطر أن يكمل العلاقة حتى الوصول للزواج لأنه يعتبر أن ما فعله "خطأ" لابد أن يدفع ثمنه، والغريب أن ذلك يحدث من الطرفين وليس الفتاة فقط، فمن الحالات الغريبة في هذا الشأن وترجع غرابتها لأن مجتمعاتنا العربية تقتل المرأة نفسيًّا أو جسديًّا في حالة وقوع أي علاقة جنسية لها خارج نطاق الزواج، حتى المغتصبة التي يتساءلون قبل أي شيء عما جاء بها لمكان الاغتصاب أو نوع ملابسها.

الحالة الغريبة - تبعًا للمجتمع - كان رجلًا في الرابعة والثلاثين من عمره، متزوجًا منذ ست سنوات وعدة أشهر، امتدت خطبته من زوجته تلك إلى عامين وبضعة أشهر حيث خطبها في عمر 25 عامًا، ثم توفيَ والده واضطر إلى عمل تعديلات في الحياة، ثم توفت والدة خطيبته وكانت كبيرة أخواتها، ووالدها يعمل بنظام الورديات ورجل بسيط.

جاء الرجل يقول "أنا مش سعيد في جوازي ومقبل على انفصال إن جيتي للحق هو انفصال قائم من بعد الجواز بفترة صغيرة، كل واحد مننا قاعد في عالمه الخاص، الحقيقة يعني إننا اكتشفنا إننا مش مناسبين لبعض تقريبًا من أول سنة خطوبة لكن كملنا.. أنا طبعًا جاي هنا عشان أتكلم بكل اللي جوايا، وأرجو إن حضرتك ما تحكميش عليّا لأني أول مرة هاقول الكلام ده هنا. تخيلي راجل عنده 34 سنة عنده حاجات جوّاه مش قادر يقولها من تسع سنين، فمعلش اصبري عليّا عشان أنا لغاية ما أنا داخل لفيت العربية مرتين عشان أرجع، مش عارف إني هقعد قدام ست وأقول.. بس تعبت.." بكى الرجل قليلًا واستأذنني للحمام، خرج لدقائق، وعاد يبدو على وجهه الذي تغير لونه للاحمرار الشديد وملابسه التي ابتلت أنه كان يختزن دموعًا بالفعل مرّ عليها أكثر من السنوات التسع التي يشير لها. هدأته وطلبت منه أن يبدأ من حيث شاء، وإنني لن أقاطعه حتى لا يشعر بوجودي، وبالطبع هنا لا ننظر إليه حتى كي لا تفيقه نظرتنا له.

قال الرجل "أنا ولد واحد على 3 بنات، الكبير وأبويا كان راجل جدع وفرحان بيّا، فكان مخليني معاه في كل حاجة من صغري، كان راجل بمعنى الكلمة، دايمًا يقولي الحرام والحلال، صلاة الجمعة دية مكنش فيه حاجة اسمها ما اروحش، ولا صغير، ولا سهرت مع ولاد عمامي، ولا الكلام ده، أول ما بقى عندي 24 سنة وخلصت دراسة واشتغلت سنة وشوية معاه قالي يالا بقى أفرح بيك، الراجل مالهوش غير الجواز عشان لو اتعود الحرام خلاص عيشته كلها بتبقى حرام، واخدة بالك يا دكتورة؟ ركزي في الكلام ده، بلاش حرام عشان عيشتك كلها هتتدمر وإخواتك البنات، وشرح بقى وأمثلة من حياة ناس، اتعرفت على خطيبتي جواز اللي بيقولوا عليه صالونات، واحدة قريبتنا قالت فيه بنت كويسة بس على قد حالهم، أبويا رد قبلي.. وماله المهم تبقى كويسة، هو احنا عاوزينها تزوّد رصيدنا في البنك، واللّا هناخد بأبوها العمودية! خطبتها في 17 يوم، اتفقنا وكل حاجة كانت ماشية، كنت بروح لهم وأبويا بقى من فرحته بيّا كان مغرّقهم بقى مجاملات، واللي انتي عارفاه بقى كراتين رايحة، كذا.. وانت رايح لخطيبتك هتلاقيه

في العربية بتاعتي وانت نازل. أربع أو خمس شهور على الخطوبة، فجأة أبويا وقع، وقع بس.. فاهمة؟! وقع بس.. واقعة عادية اتزحلق في الحمام، راح المستشفى لقيته - وإحنا بنسأل الدكتور على الجبيرة بتاعة رجله - قعد يقولي خلي بالك من إخواتك البنات، أنا معملتش حاجة حرام عشانكم. والكلام ده وأنا عمال أقوله فيه إيه يا حاج؟ إنت عاوز تهرب من فاتورة سيراميك الشقة واللّا إيه! لقيته بيقولي كله اتدفع يا حبيبي. أه يا دكتورة قالي يا حبيبي......" دخل الراجل في نوبة بكاء تانية أطول ظل يردد كلامًا غير مفهوم. انتظرت حتى انتهى.

عاد للحديث "كانت تقريبًا آخر كلمة قالها أبويا واضحة هي يا حبيبي، فجأة وقع من على الكرسي، أتاري أصلًا الدكاترة كانوا عاوزين يعملوا رسم مخ، طلع إنه فيه جلطة، بمجرد ما وقع اتْشل، ولإنه راجل صالح ربنا ما طولش عليه في حالته دية، يومين ونص وحالته اتدهورت، قعدوا يفهموني إن مش عارف عنده استسقا عمل له حاجة، مات.

مات يا دكتورة من غير ما يقولي قبلها إني هبقى لوحدي، مات وأنا فاكر إنه أبويا، أتاريه كان أبويا وصاحبي، أتاريه الواد اللي بيقعد يحكي معايا في كل حاجة، وقعد معايا في البلوغ، وقالي هيحصلك ويحصلك، أتاريه سقف يا دكتورة، تصدقي وتؤمني بالله لولا إنه حرام كنت قلتلك أتاريه النبي اللي أنا ماشي وراه! طلع الموت ده وحش أوي يا دكتورة، وغدار أوي، طلع مش بيقدر حاجة، ولا بيدي فرصة الأول. طبعًا يا دكتورة أول حاجة فكرت فيها إني أفسخ الخطوبة، مش عاوز حاجة من الدنيا، آخد بالي من البنات!، فيهم واحدة اتخرجت واتجوزت فورًا نتيجة آخر سنة جت وهي في بيتها ولسه باقي اتنين، أمي اللي ما بتعرفش تشتري حاجة من غير أبويا – كان شغله جنب البيت يبعت حد من عنده لماما البيت بالعربية فيها كل حاجة – دخلت في اكتئاب 3 شهور. كده مش عاوز أعمل حاجة، حتى خطيبتي مكنتش بروح لها، وكانوا مقدرين، وأمها كانت تعبت بعدها كان بقالنا عشر شهور تقريبًا مخطوبين، وكنت بروح أعمل الواجب، وزي ما يكون ربنا عمل كده عشان يريحني من واجبات الخطوبة والزيارات، وبعدين

ماتت أمها. وقفت معاهم، ورجعت تاني أروح طبعًا، بس كنت أنا حزين على أبويا أكتر، أو ما أعرفش يمكن الست بتكون أقوى في المواقف دية، أو لأن أمها كانت تعبانة، أبويا أنا ما أخدش وقت، المهم إن خطيبتي في الفترة دية قربت جدًّا، لدرجة بقيت للأسف بتقرب مني، يعني تحط إيدها على وشي وتقولي هاتفرج، تمسك إيدي وتقولي إيه رأيك في الأكل، معظم الوقت كنت متماسك، طبعًا هي أمها ميتة وأبوها بيشتغل في حاجة كده ليها ورديات، وأنا كنت بروح لهم بحاجات، وهمَّا من بعد موت أمهم عزلوا فوق خالتهم، فالدينا أمان يعني. في مرة كان الراديو بتاعها اللي بتسهر عليه بالليل تغسل عشان المية بتبقى قاطعة بالنهار – باظ، ورحت صلحته وطلعت أديهولها. كان أخوها الصغير سخن ونايم، وأختها تحت عند خالتها، خدته مني، ومن فرحتها إني خلصته في يوم لأن الناس حبايب أبويا؛ راحت بيْسَاني، بس المرة دية مكنتش إيديها وهي بعيد، لأ دية أخدتني كده في حركة بسرعة، وباستني. أول مرة أحس جسمها مش هاقول مبررات، بس كان الراجل اللي صلح الراديو فكرني بأبويا، وهي لما قربت مقدرتش يعني

يا دكتورة، رحت حاضنها، وهي استجابت بشكل غريب، يمكن الموضوع أخد عشر دقايق بس كانت أول مرة في حياتي ألمس ست كده، مش عارف أقولك روَّحت مبسوط، واللّا زعلان واللّا خايف. كل اللي أقدر أقولهولك إنه – سبحان الله – أكيد حاجة ليها وقع ما على الإنسان، وطبعًا زي ما أبويا كان بيقول كل حرام بيبتدي بـ دية حاجة بسيطة، هي قالت لي في عزومة الجمعة اللي بعدها إنها انبسطت، وحست بأنوثتها، وإن لها تأثير عليّا، وإنها كنت دايمًا بتحس بإني مهملها، بس لأني إديت نفسي بالجزمة اليوم ده نزلت بسرعة، واتحججت رغم إنها فتحت لي المجال أكتر من مرة، وخالتها موجودة، لأن أبوها في الفترة دية كان بييجي من 12 بالليل إلى 12 ظهرًا.

رغم إني عاوز أحكي تفاصيل كل مرة عشان أرتاح بس مش هاطول عليكي، مرة مع مرة، تشجيع منها على عدم قدرة مني على المقاومة ولأن زي ما يكون خلاص عرفتي طعم الأكلة دية فبقيتي تطلبيها، زودنا شوية، بقينا نعملها مقصودة بقى ننزل

العيال، نعمل نفسنا بنلعب الشايب ونخليهم همَّا فريق وإحنا فريق، كانت فكرتها وطبعًا أنا كنت عايز، ينزلوا العيال يدوّرا على خمس حاجات لونها بني في الشارع، مش عارف يعملوا إيه، مرة راحوا الاثنين يجيبوا عيش ويقفوا في الطابور وطبعًا الشرط إن ما يعدوش على خالتهم عشان ما تساعدهومش في الحُكم بتاعهم، اليوم ده اتجرَّأنا شوية، وحصل حاجات أكتر شوية بس بهدومنا، ولمّا رجعت لقيت نفسي مش عارف أنام، وعاوز أفسخ الخطوبة، حاسس لو استمريت هتبقى حاجة مش كويسة، المشكلة بقى إني مش عارف من كتر خوفي، واللّا فعلًا الميتين بيحسوا؛ حلمت بأبويا مش فاكر حاجة من الحلم غير إن رجله اللي كانت تعبانة اتعالجت ولقيته ماشي كويس أوي، وقاعد وسط ناس كأنهم كبار البلد مثلًا، وفي حواليه غيط يوستفندي وبرتقان، بس المكان ده فين؟! مين الناس دول معرفتش، غير إنه بيضحك، ووزنه زايد، ومش بيقولي أي حاجة أنا عامل زي اللي بشوفه في تليفزيون، شايفة وسامعة بس هو لأ.

أخدت قرار الفسخ، وتوكلت على الله، وصليت ركعتين توبة، ورحت أبلغها قبل ما أقول لأمي واخواتي، عيطت كتيييير..

وفكرتني بأول فترة كنت بعيط فيها، وبتاخدني بحنّيّة كده بين إيديها، خدت وشها بين إيدي بقول لها إن ده يمكن أحسن ليّا وليكي، أنا حاسس اللي بقى رابطنا الفترة اللي فاتت حاجتنا لبعض في حاجة معينة، راحت بايسة إيدي، وقالت لي بس أنا محتاجاك في دية وغيرها، وجريت دخلت الحمام، خفت يحصل لها حاجة، دخلت وراها لقيتها قافلة الباب، خفت أخبط بصوت عالي خالتها تحت تطلع، فضلت أقول لها من خرم الباب عشان خاطري، طب حقك عليّا، أرجوكي، وبدأت أعيط، خفت بقى أبقى نيلت الدنيا، تنتحر يحصل حاجة مش عارف، معنديش أي خبرة حتى بالقراءة في الستات، لمّا عيطت أنا هي طلعت، حضنّا بعض جدًّا، لمّا لقيتها في إيدي قعدت أضمها ليّا، وفي أسرع ذنب ممكن يتعمل لقيت نفسي معاها على الأرض قدّام الحمام، حتى طول الوقت أقول لنفسي هو ده المكان اللي يليق بالحاجة اللي أنا بعملها.

مش على سرير نضيف ومفروش والناس فرحانة لي، واتخيلت إن فيه صراصير جت علينا، هي طبعًا قالت لي لأ مفيش الكلام ده، قمت من معاها يومها مفكرتش في حاجة غير إن الجوازة دية لازم تتم بأسرع وقت، تقريبًا كان بقى لنا سنتين إلا حاجة بسيطة، أمها ماكنتش كملت سنة، كان فاضل شهر ويومين، أنا فاكر لإن لمّا طلبت أبوها أقوله نكتب قالي عيب يا ابني دي حماتك ست كبيرة مش واحدة صغيرة، هانقول الحي أبقى من الميت. انتظرنا الشهر ده وبعد السنة بتاعتها مباشرةً كتبنا، وبقينا بقى نروح الشقة مع بعض ونكرر اللي حصل. بس طبعًا ما حبّتش أوصل زي أول مرة، خفت تحمل أو حاجة، أو ماكنش عندي رغبة، خايف، حاسس إني مش هاعرف تاني عشان عقاب ربنا، اللطيف في الموضوع إني كنت فاكر إنها بقيت ست.

وبالتالي لمّا خدتها وسافرت من ليلة الدخلة قضينا عشر أيام في مكان كده صحابي عملوهولنا، ما اهتمتش آجي جنبها، كنت رايح سايق وقلت لها إني تعبان، يوم جرّ يوم، العشر أيام خلصوا

كده، جاية بتقولي ليلة ما هانمشي، هو أنا هارجع كده؟!! قلت لها إنتي هتستعبطي، وعملت زي أي راجل مالهوش لازمة. كلمتها كأنها شربتني حاجة أصفرة، وقلت لها إنتي ناسية! فقالت طيب وده إيه علاقته أنا بنت!

أتاريني بقى من وكستي، وقلة خبرتي كنت فاكر إنها بقيت مدام؛ لإني حسيت إن فيه حاجة كده، بس هي راحت لدكتورة، ولقت نفسها بنت، وإن ده باقي دورة أو حاجة كده مفهمتش، صدقًا يا دكتورة ودون الحاجة للتجمل قدامك بعد كل القرف اللي قلته؛ لو كنت أعرف إنها بنت يمكن كنت فكرت شوية إني أكمل أو لأ!

دخلنا.. وخلال الست سنين دول بحاول أدور على أي حاجة تخليني أعيش معاها طبيعي مفيش، أه بالمناسبة عندنا "فلان" عنده أربع سنين وكام شهر، وطلبت منها إنها تمنع تمامًا، وطبعًا زي كل الستات حصل بالغلط، واتفاجئت. ده بالنسبة للأول لكن الثاني، قلت لو ده فيها طلاق، وهي عملت مانع فعلًا.

دلوقتي إحنا متفقين على الطلاق، لإن كل واحد مننا بقى لا

يطاق، وكنت سمعت حلقة أجنبية بالصدفة كده إن ازاي الواحد يقعد يعمل عصف ذهني لعلاقته الزوجية عشان يعرف إيه السبب الرئيسي لفشلها، بمنتهى الأمانة لقيت إن حتى لو كانت زوجتي فيها أي عيب، بخلاف اللي حصل بينا يمكن كنت هبقى عايش أسعد، كان نفسي في ليلة زفاف من اللي صحابي بيحكوا عليها. أنا لغاية دلوقتي بنكبّ عليها زي البهيمة تبعًا للحديث اللي بينهي عن ده. بس أنا بعمله، هي بتبقى في الأوضة لما بتعب خالص، بدخل لها دقائق كده وبمنتهى العنف، وبأي شكل هي عليه، بحس إن هو ده المستوى اللي يليق بيّا. أول مرة كانت قدام الحمام، وهي بلبس عادي وبنت يعني مش جاهزة لعلاقة، فخلاص بقى، مبقتش تفرق ...."

بعيدًا عن تشخيص أزمة الرجل، أو مشكلته، إلا أن ذلك يحدث كثيرًا، ولعل أصعب ما فيه هو الشعور النفسي بـــ "خدعة" الآخر للشخص، أو في أحسن الأحوال "استغلال" ظروفه وحاجته، كأن تقول لك فتاة "كنت بحبه، وكان دايمًا يقولي الخطوبة اتعملت

للحاجات دية، وبدل ما أبص برّه، وتزعلي. أنا مش صغير وعندي احتياجات، لو مش هاتديهاني هتبقي خطيبتي وحبيبتي، بس سيبيني أقضيها مع حد لغاية ما نكمل جواز، خصوصًا إنها مش زنا - باعتبار الفهم القاصر للزنا بأنه العلاقة الكاملة - وطبعًا يا دكتورة، أنا مقدرش أسيبه يعرف واحدة شمال عشان الحاجات دية فبوافق، وبعدها بحس إني رخصت نفسي".

إذًا، علينا أن نفهم أن تعجل الزواج في الخطبة أو أحد أركانه كفيل بأن يخسرنا المرحلتين، سواء فسرت ذلك تفسيرًا نفسيًّا كما عرضت لك، أو فسرته تفسيرًا دينيًّا أن لله - سبحانه وتعالى - في الأرض سننًا لو أغفلناها؛ علينا أن نتحمل ثمن ذلك، وهو - عادةً - ثمن ثقيل على قدراتنا.

5 - لا تخف قرار الفسخ

استكمالًا للنقطة السابقة، والتي فيها يتعامل البعض مع الخطبة كأنها مرحلة زواج، ويتعجلون ويستحضرون قواعده، يحدث ذلك أيضًا حينما نخشى من فسخ الخطبة خشيتنا من الطلاق، رغم أنه تبعًا لقوانين الحياة وضعت الخطوبة لتُفسخ وحتى لا يحدث الطلاق في المرحلة التالية!

الحقيقة أن بعض حالات البنات توصلني إلى حالة أشبه بالذهول، ولولا أن المهنة تُمَكّن لنا من بعض ضبط النفس بكون حقيقي في حاجة إلى تمرين أو أكثر من تلك التي نصطنعها لذلك الغرض حين نثور كبشر من الأشخاص في الجلسات، ثم نضطر لضبط أنفسنا، وذلك حينما تشرح لك مَنْ أصبحت سيدة على وشك طلاق، أو طُلقت بالفعل، أو دخلت في مرض نفسي نتيجة لضغط الزيجة، وتقول "أنا كنت عارفة كل ده من الخطوبة، وقلت

خلاص بقى أصلي اتخطبت قبل كده، والناس هاتقول إيه"! أو تقول لك أخرى "أصل أنا يا دكتورة اتخطبت 3 سنين، وهو كان داخل وخارج، فالناس تقول إيه بقى"! وتقول لك ثالثة "أصل جوزي كان أخو جوز أختي، وفكّرت لو فسخت ممكن حياتها تبوظ، فقلت أهو نصيب، وكل الرجالة وجع قلب زي ما انتي عارفة واتجوزته". وحينما تسألها.. وهل زواجك منه منع مشاكل أختك مع زوجها، فتقول لك إن أختها طُلقت مثلًا، أو إنها في مشاكل أكتر، وكأن ما تحملت لأجله راح هباءًا منثورًا!

وتوضيحًا للأمر.. ولأنه أصبح كالندر عندي أو التعهد بأن أحكي أصل تصنيفي لمرحلة الخطوبة في المحاضرات، أو مع الحالات، فاذكر الموقف الذي جعلني أسمّي مرحلة الخطوبة بمسمى "جس التربة" إما صالحة للبناء أو تُترك، كنت في مقابلات لمهندسين لتشغيل عدد منهم في أحد الأماكن، وكان مطلوب مهندس لقسم المتابعة، ورغم أن المحاسبين - مثلًا - يقومون بذلك، لكن طبيعة العمل وصاحب المكان كان يُفضل

أن يكون القائم بالمتابعة مهندسًا ليكون هناك لغة واحدة بين الجميع، وأمور أخرى. حينما جاء وقت مقابلة أحد المهندسين الشباب والذي كان عائدًا من العمل في دولة عربية مع أقاربه منذ تخرجه، كان الزميل الآخر في اللجنة، والذي يسأله في الجوانب الاختصاصية، خرج لأن لديه تليفون من خطيبته، فدخل المهندس الشاب فلم يجد غيري - وكنت أنا مسئولة في اللجنة عن الجوانب النفسية بعد الاختبارات الخاصة بالقدرات والسمات الشخصية - وغير أحد الأفراد الذي يجهز لنا المقابلة والأسماء ويكتب على اللاب توب النتائج، بدأ المهندس في الحديث، ولا أعرف لماذا تخيل أنني المهندسة المختصة، بينما الشاب الذي يجلس على الكمبيوتر لا ينظر إليه، هو الذي يقيس الجانب النفسي في الخباثة!

بشكل أكثر خبثًا - وفي تعمد مهني - تركته يكمل في هذا الاتجاه، وكأنك فتحت إذاعة لا تتوقف، ظل يقول معلومات تخصصية تساعده على تخطي خجله وبعض مشكلاته الشخصية، وهو يحدق هناك على ذلك الرجل - النفساني من وجهة نظره -

ويكمل معي في الجوانب المهنية، وأنا مركّزه معاه لسببين: الأول فضول النساء، والثاني إن زميلي المختص في الهندسة الذي سيدخل ربما يحتاج بعض المعلومات التي قالها حتى لا يعيد ما قاله، إلى جانب مهنتي طبعًا التي لا يعيها.

شرح المهندس الفروق بين اللاند سكيب، وبين المتخصصين في جس التربة، والعمليات الأولى للبناء، وكان يحدثني على إني "بوقَّعُه" وعارفه الفرق بس بمتحنه، فغاص في الموضوع، دخل الزميل بعد دقائق واكتشف الشاب الأمر، وأكمل الموضوع. وبالمناسبة نجح لإن سماته الشخصية من قلق وضعف في التكوين جعله مؤهلًا لأن يجمع المهام من الأقسام في وقت محدد، وأن يكتب دون أي إبداع، وأن يقاتل من أجل إثبات نفسه، وهو ما لم نكن في حاجة إلى أكثر منه. لكنه لم ينسى لي أنه ظل يشرح وأنا صامتة وأحرك كلمات بسيطة بين الجمل!

ما خرجت به من هذه الجلسة والذي عرفه بعد كده هذا المهندس، أنه كان السبب في بحثي وراء الموضوع، وقرأت عن

اختبارات التربة، والأقسام المسئولة عنها، وأنها حاجة مهمة إنك تعرف تكوين "التربة" التي تبني فيها، وأسميت مرحلة الخطوبة كما ذكرت "جس التربة - إما صالحة للبناء أو تُتْرك" وأنه ليس المطلوب منها أن تكون مرحلة تجهيز للبناء ولا شراء مستلزماته، وإنما "الإقرار" أولًا.. وثانيًا وثالثًا بسلامة التربة وصلاحيتها لنوع البناء الذي أريده، ثم بعدها نجهز لطريقة عمل البناء الذي اتفقنا عليه، وسبحان مَنْ سمّى الزواج "بناء" يجب أن نكشف عن التربة التي سيتم فيها، يجب ألا نخشى أن نخرج من هذه الأرض ونأخذ قرارًا بأنها لا تصلح للبناء، بدلًا من أن نبني أدوارًا ثم نضطر للهدم، للهدد، والذي كثيرًا ما يدفع ثمنه أشخاص آخرون ليسوا الأولاد فقط، بل ربما عائلات تقع بينهم عداوة، لو كنا أخذنا قرارًا بعدم الصلاحية من البداية لمَا وقعت هذه العداوة ولصَفَّتها الأيام بسهولة.

ثالثًا:
مرحلة الزواج

- الصورة الوردية، واعتبار الشريك مختلفًا عن الآخرين.
- المقارنة.
- ظهور "الخفاش" في الحياة الزوجية.
- الغيرة المرضية والميل للتملك.
- وجود بناء شخصية الضحية لدى أحدهما.
- غياب الاهتمامات المشتركة.
- الملل.
- الإهمال ونقص الاهتمام "القاتل الصامت".
- مطالبة الشريك بما لا يملكه من البداية.
- تدَخّل الأهل أو المحيطين.
- فشل العلاقة الجنسية بين الزوجين.
- تراكم الإهانات والتخزين.
- الإصرار على رسم علاقة الشريك بأهله.
- الشعور بالتنازل للزواج.
- وسائل التواصل الحديثة.
- غياب الاحترام.

1 - الصورة الوردية، واعتبار الشريك مختلفًا عن الآخرين

يمكنني بمنتهى الأريحية أن أقولَ لك: إنَّ (التوقُّع) هو أحد العواملِ الهامة للغاية في شعورك بالرضا عمَّا تُحصله من أي شيء، فكلما كان المتوقَّع بعيدًا عن المتاح بشكل فعلي، كان رضاك أقل، لذلك نحن نركِّزُ مع الأشخاص في التوجيه المهني، والإرشاد الزواجي على أن يضعَ الشخص توقعاتٍ تتناسب مع قدراته، وما يتيحه الواقع، ومع الآخَرين وقدراتهم - لو كان ما سيحصل عليه له علاقةٌ بما يقدمُه الآخَرون.

ومن مجالات الحياة التي غالبًا ما يضع عليها الأشخاصُ (توقعات) أعلى من حقيقتِها مجال العلاقة الزوجية، فحين يعبر أحدُ الزوجين عن إحباطِه لأنَّه لم يحقِّق كذا الذي كان يراه، وكذا الذي كان يرجوه، وكذا الذي كان يتخيلُه، يتردد في ذهنِك سؤالٌ

واحد: (بأمارة إيه؟!).

وحين رصدت خلال سنواتِ خبرتي المهنية الأسبابَ التي تجعل الأشخاصَ يضعون آمالاً وطموحاتٍ وتوقعات على العلاقة الزوجية أكبر من الواقع، وجدت أنَّ الأسبابَ ترجع في أغلبها إلى واحد أو أكثر مما يلي:

1 – عدم الخروج – نفسيًّا – من مرحلةِ الخطوبة، واعتقاد استمرار طبيعة العلاقة كما كانت فيها.

2 – التأثر بالآخَرين وتجاربهم، واعتبار النفس والشَّريك نموذجًا مختلفًا.

3 – أمثَلة الشَّريك؛ أي: جعله مثاليًّا، ليكون هناك مبررٌ لتوقع مختلف عن العلاقة.

4 – اعتبار الزواج آخرَ المطاف، والمحاولة الأخيرة في لعبةِ الوصول للمغارة ثم الحصول على الكنز، نتيجة للاجتهادِ السَّابق من وجهة نظر الشَّخص.

5 – القلق الزائد الذي يجعلُ الشَّخصَ يخشى أن يضعَ أمورًا واقعية تهدمُ له الصورةَ المتخيلة؛ أي: لا يقوم باختبار الصورة ويُفضِّل حفظَها دون اختبار قبل الزواج.

والسبب هنا لا يعني كثيرًا بالنسبة لنا، بما أنَّ المحصلة واحدة؛ وهي (توقُّع) مختلف عن (الفعلي)، وجود مسافة كبيرة بين (الواقع) و(المأمول)، وهذا ما يجعل أيامَ العسل تذهب بعيدًا، حين ترى المرأةُ أنَّ زوجها بعد انتهاء أيام العسل – أسبوعًا كانت أو شهرًا – وقد نزل للعمل دون أن يُقبلَها على الباب ويبعدها بيده؛ لأنَّ جاره في الشقة المقابلة فتح الباب، أو أن تراه يطلبُ منها ليلة نزوله للعمل لأول مرة أن تضبطَ المنبه لتوقظَه، ويؤكد: – إوعي تسيبيني، ده أول يوم بعد الإجازة مش عاوز حد يستخف دمه، وناموسيتك كحلي يا عريس وبتاع.

أو تبدأ هي في السؤالِ اللعين التاريخي:

– تحب إيه على الغدا النهاردة؟

وهو السؤالُ الكفيل بأنْ يعيدَ إلى ذهنه صورةَ صديقه ناصر،

الذي دخل في اكتئاب ومحاولة انتحار؛ لأنَّه يرى الزواج كئيبًا، ومن ضمن كآبتِه سؤال: "أعملكم إيه على الغدا؟"، الذي لم يجب عنه طيلة عمره تحديدًا، ومع ذلك يُسأل له يوميًّا، وكأنها أذكار الصباح والمساء، ودون أي سابقة منه بأنه اعترض على أكل وُضع له!

عند هذه الأشياءِ البسيطة تبدأ (وقْعَنة الحياة)، والخروج من حالةِ الرفرفة، فقد جاءت الساعةُ العاشرة وهو لم يتصل بها ليطمئنَّ كيف حالها في الشقةِ بدونه، بينما هو مَنْ يرى أنها أصبحت العاشرة ولم تتصل تطمئن عليه، أو أنها اتصلت 16 مرة وكأنه تائه، أو أول مرة يذهبُ للعمل، وتريد أن تعرفَ أنه تمكن من الوصولِ بسلامة الله!

قالت:

"أنا يا دكتورة تقدري تقولي عروسة جديدة، بس طبعًا مش لايق عليا، ولا ممكن حد يشوفني يقول إني متجوزة من أربع شهور، إحنا الحمد لله يا رب اللي ينكر نعمتك يبقى جاحد، كويسين أوي، مش بنعاني من مشاكل المتجوزين، مش داخلين علينا جنية واحد، متجوزين عن معرفة كويسة، مش هأقول حب،

لكن حصل بعد الخطوبة، وارتبطنا أوي أوي، وكل واحد يعني ما صدق لقى التاني، هو طبعًا بيقول ده أكتر، بـس، يعني كل حاجة موجودة بس أنا مش حساني، أو مستغرباني، أربع شهور جواز وبدأت أفكر في سيناريوهات الطَّلاق، ولو حصل هارجع بيت أهلي ولا أكمل برة، طيب أسافر، أقعد، قلت لأ هو أنا هسيب نفسي كده، كلمت السنتر عند حضرتك وجيت".

طلبت منها أن تحكيَ:

- إمتى بدأ الإحساس ده، وإزاي كبر كده؟!

قالت:

"بصي حضرتك هي الحاجات تبان صغيرة، بس زي ما بيقول المثل الصيني: إنك ممكن تهدم جسر كبير من نقاط ميَّة مستمرة مهما كانت صغيرة، أنا عندي مشكلة من أول يوم جواز، إحنا طلعنا شقتنا والهيصة بقى والحاجات، وماما حضنتني من تحت، وأختي الكبيرة طلعت معايا وأخته هو، عشان بقى يوروني العشا والحاجات دية ويساعدوني أقلع الفستان، ومشيوا، كان لطيف ما أقدرش أقول

حاجة، حضني، وقعدنا نقول أخيرًا بقى، وإوعي تفتكري إن إحنا عرسان، روحي شوفي هاتعملي إيه وأنا هاروح أشوف الأكل، وللأسف بقى لقيته مسك الموبايل وبيكلم مامته، ماما حبيبتي والنبي ما تعيطي، مش ده اليوم اللي كنتي بتستنيه، ويا روحي إحنا وراكي يعني يا لوزة، وهتلاقينا ناطين لك كل شوية...، الحقيقة يا دكتورة أنا تنحْت، أمك، أمك إيه دلوقتي، الناس تقول إيه؟!

وبعدين هو المفروض إنه أي عريس بينسى أي حد الأيام ديه، عشان يبقى كل اهتمامه أنا بس، لكن لأ، ده من داي وان (أول يوم) وهو بيوريني إني مش الاهتمام وأولوياته، عديتها وبردو كان لطيف وقعدنا أكلنا ونكشته.

وقال:

– بلاش غيرة، هي ما نزلتش من العربية عشان كانت بتعيط، ويرضيكي أسيبها تنام زعلانة في أول يوم في حياة هي اللي وصلتني ليها؟!

الصراحة يا دكتورة يلعن أبو القفلان، يعني يارتني ما سألت هو ده رد؟! عملتوا إيه وبتاع إيه اللي بيكلمها فيها في ليلة زي ديه

كنت هاتموت عليها؟!

قمت وحصلت حاجات الجواز وأنا تقريبًا باين عليا قافلة، أنا مش بعرف أخبي يا دكتورة، بس هو فكر خوف بنات وبتاع، صحينا الصبح أو العصر يعني، شوية وأهلي وأهله جم، أصحابه لقيناهم بيتصلوا يطمنوا علينا عشان ييجوا لإن طيارتنا الساعة 11 بالليل عشان نسافر، طلعوا كلهم وحاولت أكون عادية، دخلت بنت أخته الكبيرة فضلت تحضن فيه، وهو بمنتهى الغباء عمال يقول لها:

- إوعي تفتكري إن فيه حد غيرك تربع على عرش قلبي، إنتي الحب الأول.

والبنت عمالة زي الهبلة تعيط وتحضنه، لحد ما قلت له: - عيب شكلي قدام أهلي، المفروض أنا أكون أول إهتمامك، إنت فاكر كنت بتقولي إيه في الخطوبة؟!

يقولي:



- معلش، أصلها يتيمة وإنتي عارفة متعلقة بيا إزاي. أقول له:

- أوكاااي، بس مش في وقت زي ده، المفروض أنا الأساس، هو كان معودني إني أول حاجة يا دكتورة في وقت الخطوبة، مش عارفة إيه الغباء ده، أحسن لحظات في حياة أي حد كانت وحشة بالنسبة لي، أقاربي هايشوفوا الموضوع إزاي، كل ما أقول لماما تقولي مخدتش بالي كنت بلملك الحاجة عشان هانقفل الشقة، وهي أصلاً طول عمرها مش مهتمة بحاجة، ديه ما تعرفش الجهاز بتاعي عامل إزاي بالتفصيل، وإنتي عارفة الأمهات هاتقولك ده عبط، بس لأ.

سافرنا، أنا مش بمسك الموبايل وقافلاه، وده كل يوم يفاجئني بيكلم مامته ومامتي ويرد عليهم ويحط صور على النت! مش المفروض إن أنا الأولى بالكلام ده؟! ما أنا عندي أهل أنا كمان، بس أنا قايلة لهم هم عشر أيام وأنا مع جوزي مفيش داعي للقلق، أنا هافصل بس كفاية إنهم عشر أيام.

بيصحى بدري زي العادي ينزل تحت يقعد في الفندق، ما تعرفيش بقى بتقوم ليه يا سيدنا إنت كده، كإنك ملِّيت من اللي خلفوني وقادر

تقوم بدري، تسمعي بقى كلام يشل، ما صحيت، ماشي أقعد جنبي لغاية ما أصحى، أو اعمل أي حاجة في السويت يعني!

عديت الموضوع، محروق دمي، بس بقول: يا بت إنبسطي. قعدت معاه قاعده قبل ما ننزل وإحنا منتظرين الطيارة، ومنعته يمسك التليفون، وقلت له:

- إنت كنت قايلي إني رقم واحد في حياتك، وأنا ما حستش ده، وأنا قولتلك إننا في البيت كل واحد له عالمه، وأنا إخترتك عشان نعمل عالمنا مع بعض، ولبعض، وإنت قلت موافق.

ووالله يا دكتورة ده الواقع أنا إخترته عشان كان لاجئ لي في فترة المعرفة والخطوبة، لدرجة ماما كانت بتقولي هو مالهوش أهل يسألوا عليه؟!

كان مخلي كل الواجبات العائلية يوم الثلاثاء اللي أنا بيبقى عندي فيها شيفت مسائي في الشغل، لكن غير كده لاجئ من بعد شغلي، لو مش معايا فعليًّا معايا على التليفون، سوري يعني يا دكتورة أنا بحب لما أرجع أشرب شاي نوع معين كده روحت

البيت ومالقيتهوش، بعت السوبر ماركت قاله ناقص، بيكلمني قلت له كان عنده مقابله مع عميل، قاله العربية عطلت هتأخر عليك، جه جاب لي الشاي تحت ومشي، إنتي متخيلة اللي سايبني ليلة الزفاف وبيقول لمامته ما تعيطيش، ده أنا بقى كان لازم أروح أبات مع أمي!

المهم وعدني وإحنا منتظرين الطيارة إن ده هايتحسن، وإن الحياة هاتمشي غير كده، بس حسيت إني وقعت في مغرز، كل الرجالة كلام وفعل مفيش، والغريبة لما تقعدي يقولك أنا عملت اللي قولتي عليه، شوفي يا دكتورة أنا قولتلك إنه قالي أنا هبقى رقم واحد زي ما كنت، رجعنا يومين تلاتة خمسة، مفيش ولا أي حس عن أمه، بتبعتلي بس واتس أب، وجم زارونا مع أهلي لما رجعنا وخلاص، ولا حس ولا خبر، بسأله:

- هو إنت مبقتش تكلم مامتك ولا إيه؟!

يقولي:

- ليه؟! بكلمها كل يوم في الشغل، أطمن عليها، عشان إنتي

قولتي مش عايزة الوقت اللي أنا فيه معاكي حد تاني يبقى له فيه.

أنا بقى هنا شـــطت يا دكتورة، أنا مقولتش كده، قلت: إن أي حد في الحياة يبقى تالي مش أول، مسكت تليفونه بعصبية، قولت له:

- ممكن تفتح الباسورد؟

هو مش فاهم حاجة، بصيت لقيت أقل مكالمة 12 دقيقة! ده أقل يوم من الكام يوم اللي فاتوا، طيب:

- يا إبني إنت قولت لها ما تتصلش؟!

قال:

- لأ، قلت لها برجع البيت مش قادر فبطمن عليكي من الشغل.

- طب بتقولوا إيه؟!

- العادي.

- طب بتحكي لها عني؟!

- أيوة.

- طب ليه؟

ما تلاقيش إلا فرْسه، شلل، كل الإجابات عادي، ديه أمي، أيوة بس أنا مراتك، حياتك، كنت بصراحة جمعت كل الرسائل بتاعته في الخطوبة وطبعتها، كنت بسأله مباشرةً:

- أهلك بقى وأكيد هتنساني في وقت عشانهم.

- وقالي: مش ممكن هم مرحلة في حياتي، بعد كده الواجب والسؤال.

أجين يا دكتورة أجين (بعد كده الواجب والسؤال)، أه، والمواسم باين ولا المناسبات حاجة كده، فألاقي بقى كل القرب ده؟! مكالمة يوميًا في يوم واصلة إلى 27 دقيقة؟! نص ساعة بتقول لأمك إيه؟

ده أنا والله العظيم أكبر مكالمة لأمي وهي اللي بتتصل كانت 6 دقائق، تمام يا ماما إنتي تمام، معلش هاقوم بقى أو معلش هاكمل نوم، عشان تفهم إني مش في الأوضة اللي جنبها، ده أنا في بيتي وكبرت، لكن هو لسه، ومكنتش واخداه كده، ولا متفقين

على كده، ولا كان ده حاله في الخطوبة...".

أكملت العروسةُ عرضَها لحالة الزواج الذي تتمنى لو استطاعت إنهاءه؛ لأنَّها (خُدِعَتْ) منه، ولم يبقَ مثلما كان في الخطوبة، خاصةً أنه بعد شهرين من الجواز:

"بنت أخته بتتكلم على حاجة فوصى واحد صاحبه عليها، وراح لغاية بيتهم يديها لها، قالت:

- يعني إتضح إنه بيعمل كده لأي حد، يعني موضوع الشاي اللى أنا كنت شايفاه وااااو، جه من طريق ساعة وربع عشان يجيبه ويرجع، بيعمل عادي لأي حد مش حاجة (أونلي مي) يعني وأنا اللي مسكينة، هبلة".

وهذا نموذج فعلي - وبعيدًا عن رؤيتك لمبالغة الحالة - لفكرة أننا نرسم للزواجِ ما يبعد عن واقع الحياة، وطبيعة العلاقة في هذه المرحلة، وكم من زيجاتٍ وُئِدتْ في بدايتها؛ نتيجة لعدم فهمٍ أو واقعية العلاقة الزوجية ذاتها، والتي لها طبيعةٌ تختلفُ عن المراحلِ السابقة، وإن كان موصولاً بها.

2 - مطالبة الشَّريك بما لا يملكُه من البداية

على نحوٍ موصول بالنقطةِ السابقة نجدُ فكرةَ الفرق بين الصورة الأصلية للشريك، وبين ما نتوقعُه أو ننتظره منه، والتي يحدث فيها الإحباطُ نتيجة لأننا ننتظرُ أشياءَ من غير موضعها.

فالصخور لا تُخرج ورودًا عادةً، حتى لو حدث ذلك في حالاتٍ نادرة يصورونها لنا في التراث الفني، الذي يدلِّلُ على قدرة القادر - سبحانه - لكنها في البشر لا يمكن التعويلُ عليها كأساسٍ للعلاقات.

فلكل شخصية إمكانياتٌ، طريقةُ تربيةٍ، منهجيةٌ عقلية، تكوين فريد يجعلنا ننتظر منه أشياءَ ولا نتوقع أخرى، وعلينا كي نعيشَ أفضل ونحافظ على علاقتنا بكلِّ شخص، أن نتفهَّمَ، ثم نتقبَّل، ثم نقتنع بما يعرف أن يفعلَه فقط، فليس كلُّ الرجال قادرين على التعبير

عن الحب، ليس لأنَّه ليس موجودًا بداخلهم؛ ولكن لأنَّ لكل منهم النسق الإنساني الذي انحدر منه، فهناك الرجلُ الذي يُعدد طرقَ تعبيره، وهناك رجل حبيس عاداته وتقاليده، والذي يُعبر بطريقته الخاصة، والتي يجب أن نحترمَها ونتقبلها؛ لأنَّها تمثله هو، فكما يقول الشاعر الصعيدي (السيد العديسي) في وصفه لتعبير الرجل الصعيدي عن حبه قائلاً:

"كأي صعيدي لا أستطيع قول أحبك، وكلما قررت القفز على التقاليد لأقولها خرجت: كيف حالك؟! فاعذريني؛ لأنني (كيف حالك جدًّا)"؛ ديوان (يموت، ليظلَّ اسمها سرًّا).

فهذا النمط أبدًا لن يكونَ ذلك الشخص الثرثار الذي يُعبر عن كلِّ ما يجيشُ به شعورُه، لكنه سيجتهد بطريقتِه.

وبالطبع الموضوع يتخطَّى فكرةَ طريقة التعبير عن المشاعر، إلى كل شيء يجب أن نفهمَه جيدًا عن الآخَر، حتى لا نطالبه بما لا يستطيع. وإشكالية هذه الحالة أنَّ فيها فكرةً نفسية تحدُثُ أحيانًا بشكل شعوري، وأحيانًا أخرى بشكلٍ لاشعوري.

وأميلُ إلى تسميتها (تفصيل البدلة/ الفستان)، ثم مطالبة الآخَر بأن يدخلَ فيه ويكون على قدرِ كل تفصيلةٍ فيه، فلا يحتاج إلى تضييق أو توسيع، وهنا نكون في الحقيقةِ ظلمنا أنفسَنا وظلمنا الآخَر؛ لأننا (رسمنا)، ثم طلبنا من الآخَر أن يكونَ الرسمة بحذافيرها، فلا هو سيكون كذلك، ولا نحن سنرضى عن أي اختلاف بينه وبين رسمتنا.

والأمر أشبهُ بمن أحبَّ الْمُربَّى، فذهب يكتب على أحد العبوات: مربة توت، ثم وضع فيها جبنةً بالزيتون، كلما جاع وذهب إليها شعر بإحباط، ليس لأنَّ الجبنة سيئة الطعم، لكن لأنَّه ينتظرُ مذاقًا معينًا كتب اسمه على العبوة، وهنا الجبنة لم تخطئ؛ لأنَّها لا يمكن إلا أن تكون (جبنة)!

ويظلُّ الصراع، الواحد يغمي عينه عن الاسم ويدخل للواقع، ستكون الصدمةُ بالنتيجة، أم يُبقي على الاسم ويدخل للمحتوى، ستكون مرارةُ الخداع ومحاولات الآخَر المستميتة إلى أن يعبرَ عن نفسِه كـ(جبنة)!

قال:

"أنا وزوجتي اتفقنا على الطَّلاق، فاضل بس إننا نرتب اللوجيستيات بتاعت الموضوع عشان العيلتين عندنا في بينهم شراكة وشغل مش عاوزين الطَّلاق يأثر عليه، محدش له ذنب في الموضوع، وبصراحة الطرفين تعبوا لغاية ما عملوا الكيانات بتاعتهم، وإحنا على فكرة مش زعلانين من بعض، صحيح هي شايفة إني بقول كلام مش منطقي، ولا قادر أمسكها اللي حاسس بيه بس بيها أوك.

أنا متجوز من سنتين وعندنا بنت زي القمر، مراتي حلوووة جدًّا بروح أي حتة ببقى نجم الجيل، ههههه أه بجد يا دكتورة عارفة اللي مفيهاش غلطة؟! لا وإيه مش شكل بس لا الحقيقة شكل وتطبيق، يعني مراتي أحسن واحدة تعمل ريسبشن لحد، وتقولك العزومة ديه كذا يعني يتجاب فيها كذا وكذا، وأنا اللي كنت فاكر إن كله أكل ونوع عشان الكرم، فتقولي لأ ده مش أكل ناس أول مرة يدخلوا بيتنا، ولا ده ينفع مع ده، وده نجيبه جاهز وده أم جابر

تعمله، المهم إنَّ أخويا الكبير بيقولي: مراتك ديه المفروض تاخد مرتب على الموضوع ده؛ لإنَّ عزومات العيلة كلها بقى هي المسؤلة عنها، وطبعًا بقى الكلام على البراندات والجديد والكولكشن وكده.

على فكرة عشان بس مش فاهم نظرة حضرتك ديه، إحنا أغنى منهم مليون مرة، بس يعني إحنا خريجين كليات مصرية بنشجع الصناعة المصرية ههههه، وهي وأخواتها خريجين جامعات أجنبية، وأمهم بيضا فعايشين في دور الأجانب شوية، رغم إنَّ أمهم ديه من ريف مصر العظيم، بس مصرة تقطع كل صِلة لها به حتى وصل الأمر لأنَّها تتعلم لغة مع ولادها وهي عندها 35 سنة، أنا بتكلم عن حماتي يا دكتورة لتكوني سرحتي مني، والله ما مطمنلِّك إنتي كمان يا دكتورة، لتكوني من بتوع بردو العزومة ديه كذا والعزومة ديه مش عارف إيه، هههه.

طيب شكلها نكتة بايخة، المهم بقى كل الحلويات ديه أنا مش مبسوط معاها، نفسي نقعد نتكلِّم على أي حاجة عادية غير

حفلة عمرو دياب اللي في مارينا، ودريس فلانة اللي بتقلد فيه مرات أخوها، وباينة أوي يعني رغم إنها عمالة تبرر إنها وهي في كندا شدها رغم إنه مش إستايلها، على فكرة يا دكتورة رغم إننا أغنى منهم بس كانت أول مرة أسافر برة مصر مع مراتي في شهر العسل، حجزوا لفة كده من شركة سياحة ورحت وكنت خايف من الطيارة بس مدكن هههه، إوعي تقولي عليا إنسان تافه عشان الضحك ده، من غُلبي والله.

إحنا معانا بت زي القمر، ومراتي زي ما إنتي سامعة كده، بس مفيش بينا كلام فيه روح، مفيش دماغ تقعدي تتناقشي معاها في حاجة، طب اضحكك يا دكتورة، أنا بييجي عليا وقت يوحشني وش مراتي أو بصراحة وش أي حد أقعد معاه، أصلها طول ما هي قاعدة معايا بتعمل حاجات عشان لما نخرج، يا ماسَك على وشِّها، يا بتكلمني وهي بتعمل حاجة في شعرها، يا مُوطيَّة بتجرب الكولكشن الجديد بتاع الإكلادور عشان اللبس، هههه، مرة لقيتها جاية تبوسني ومطولة أوي، استغربت وقلت يمكن بقى ديه الرسالة بتاعت طول

اليوم اللي عمال أدور عليها عشان ما أقولهاش إيه رأيك ننفصل، لقيتها بعد البوسة قعدت وبعدها بثواني عدلت خدي، كانت بتشوف الروج الجديد بيطبع أو بيسيب أثر ولا زي ما مكتوب على المنتَج مش عارف إيه لا يحتوي على ايه وبالتالي لا يترك أثر!

مش بقولك إنها حارماني من علاقة الزوجين، الشهادة لله لأ، بس مفيش روح، نفسي أقعد أحكي عن شغلي، عن شخصية قابلتها وإنبهرت بيها فتسمعني وتخلي بالها مثلاً، أو تعرف إيه اللي بيهمني في الست، إحنا طبعًا إتخطبنا ست شهور أو أقل كنا بنجهِّز فيهم البيت، وطبعًا لكي أن تتخيلي شخصية زي مراتي كانت بتروح لمهندسة الديكور أد إيه، ده أنا بعد الجواز عملت لها كورس تغذية من الإنهاك اللي كانت فيه عشان الستاير تبقى آخر موضة، والبيت اللي والله العظيم الحمد لله الكل بيقول عليه قطعة فنية، بس بارد، كل حاجة ليها ميعادها، مكانها، عندي ست أنواع كاسات، لكل مشروب أو قاعدة حاجة، في ركن في الشقة مش بنقعد فيه وأنا صاحب البيت، بس الأصول، الإتيكيت.

مرة واحد صاحبي بيحكي، كان فيه فترة كده كان النور بيقطع كتير، أنا طبعًا عامل حسابي، لكن صاحبي بيحكي بقى عمل إيه في الليلة ديه فبيقول، كنا جايبين جبنة وبطيخ وقلنا نجرَّب بقى الأكلة ديه، صاحبي ده من نفس مُستوايا يعني بس اختلاف الزوجة، بيقول حطِّينا الأكل ويادوب هانبتدي النور قطع، وهو مش عامل أي حاجة احتياطية، بيقولي فكرك يا معلم سكتنا، هرسنا الأكل على كشاف الموبايل، وفضلنا نضحك على البذر والأصوات بقى والبطيخ في بقك وتفتفة البذر، المهم النور جه وعينك ما تشوف إلا النور، مفرش السفرة التركي اللي حماتي جيباهولنا بقى عامل زي حاجة مالهاش ملامح، وقفت أغني لها: يا غزال الدرب الأحمر نتفاهم بالهداوة، ولا الدرب الأحمر ده فرع من الشقاوة، وهي تضحك وتعيط، والآخَر شمَّرت ورحت حاطط وشَّها في طبق البطيخ، ومتنا من الضحك ودخلنا إستحمينا، وده بقى اللي مخلانيش أجي الشغل إمبارح!

تفتكري يا دكتورة أقدر أعمل كده؟!! طب أنا مصر اضحكك رغم إنك ماسكة نفسك وعاملة فيها المتخصص العجيب ههههه، ماشي، أنا حكيت لمراتي الحكاية ديه، تفتكري إيه تعليقها؟!

قالت بالحرف:

- يااااخبر ده الواحد يجيله زبحة على المفرش، وبعدين حموم إيه وهبل إيه، كانت بعتته بسرعة على الدراي كلين عشان يلحقوا يتصرفوا فيه، وبعدين تبقى تكلمه في اللي حصل وتحط قواعد لحياتهم.

أه والله يا دكتورة أنا بعدها سكت، سكت خالص، عارفة سكت أد إيه؟ شهرين بعد الواقعة ديه، طب أقولك على حاجة تاني بس تبكي؟ أنا زي العيال قعدت أحلم بموضوع البطيخ ده، وجودت من عندي بقى في خيالي ورميتها بالبذر وملا السفرة، وقالتلي هانلمه بذراية بذراية ونزلنا نلمه وكانت ليلة، طبعًا ده خيال تقولي مريض تقولي معْيَلة، بس ده إحساسي".

في هذا النموذج لا نلومُ الحقيقةَ على المرأة، ولا نقف لنقيِّمَ طريقتَها، ولا نستطيع أن نلومَ على الزوج فيما يطلبه؛ لأنَّه بالفعل (حياة)، لكن نلوم عليه فقط أنه يطلبُ شيئًا من غير مكانه.

فتلك المرأةُ التي تربَّتْ على حساب كل شيء، والتي تهتمُّ بتفاصيل الواجبات الاجتماعية والمظهر الخارجي - دون

غيره - لم تضحكْ عليه، لكنه هو مَنْ ضحك على نفسه وانتظر علاقةً ارتجالية من شخصيةٍ تحسب كلَّ شيء بمنهجية معينة.

وهنا أكرِّرُ عليك أن تحذرَ ما ترسمه في خيالك عن الشَّريك، وأن تجتهدَ في فهمه هو وليس (رسمه في خيالك)، لتختار اختيارًا حرًّا، ولا تنتظر أن يأتي بما ليس أهلاً له، وتحاسبه على ما لم يُخلق له.

3 - المقارنـــة

رغم أنها ضُمِّنت في القصة التي تناولناها في الموضوع السابق، إلا أنه نظرًا لأهميتها، ونظرًا لتسببها في الكثير من المشكلات الزوجية والذهاب للمأذون مرتين، فقد فردت لها إطارًا منفردًا.

خطورة المقارنة في أنها تجعلُك تغفل - إما عن عمد أو بدون - تلك الميزاتِ الخاصة التي يتميزُ بها الطَّرَفُ الآخَر لتحوله إلى معادلة بالسلب - عادةً - لأنَّه لا يملكُ ما يملكه مَنْ تقارنه به، ومن غرائب النفس البشرية أنك أحيانًا تعرضُ على مَنْ يقوم بالمقارنة الشخصَ الذي يقارن به فيرفضه؛ لأنَّه يريد منه سمة معينة.

كأن تقولَ لك سيدة:

- أنا مش عارفة هو ليه مش بيبص لأخوه واهتمامه ببيته، ومش بيفوت فرصة إلا ويعبر لمراته عن سعادته بيها.

فيقول لها الزوج في الجلسة:

- بس إنتي عارفة إنَّ أخويا ده بيخون مراته، تحبي أخونك وأجي أقولك كلمتين حلوين في كل وقت؟!

فترد مسرعةً:

- هو إحنا لازم ناخد من الناس الوحش، ما ناخد منهم الحلو وخلاص!

وتشعر حينها أنك في نفس الفكرة الخاصة بالأشخاص بالتفصيل، نفس الفكر، والغريب أننا ننتظرُ نتيجةً مختلفة، أنْ ينصلح الآخَر مثلاً بعد حديثنا السلبي، أو يغِير مثلاً، أو حتى - وهي لعبة إنسانية شديدة الإجرام الإنساني إن جاز التعبير - يضطر أن يقبلَ القليل الذي تقدمه؛ لأنَّه طوال الوقت يخبرك أنك لست مثل فلان.

ومن (الخناقات) التي شهدتْها الجلساتُ عندي، خناقة كانت بين زوجين بسيطين أتَوا بتوجيه من أخوات الزوجة، وتحملوا نفقات الحجز، تلك التي بدأت بمقارنات الزوجة للزوج بأزواج

أخواتها، وكلما يقولُ لها على شيء ألا تفعله، تذكره بأنه ليس من حقِّه أن يطلبَ أن تعامله بطريقةِ مُعاملة أخواتها لأزواجهنَّ؛ لأنَّ الفارقَ بينه وبينهم كبير.

قال:

- أنا يا دكتورة مش بفتح بقي بحاجة، ماليش طلبات أساسًا في الحياة، اللي بيتحط باكله، واللي باجي ألاقي الوضع عليه، بدخل أنام عشان أنزل ساعتين تلاتة أعمل حاجة زيادة.

قاطعته هي قائلةً:

- أه، الكام ملطوش اللي لما بتتعب من السهر في الشتا بنصرفهم كلهم على تعبك.

صمت هو، وكأنه يتركُ لي المجالَ لأرى ما سيحدث، وبالفعل بدأتْ هي مع صمته في وصلةٍ غير منقطعة:

"أيوة يا دكتورة، مش بيقول حاجة على الأكل ولا البيت ولا أي حاجة، ومش بيقول حاجة أصلاً، يعني ولا خير ولا شر،

لحسن تفكري إنه مش بيعلق بس، مثلاً يقول معلش أكيد البيت مكركب عشان مالحقتيش، أو عشان الولد ما نيمكيش، وبعدين تكملة الحكاية اللي هايقولهالك بقى عشان إحنا ماسكين ربابة وبنقولها كده مع موالين من اللي قلبك يحبهم، أنا مش بعامله زي ما إخواتي بيعاملوا أجوازهم، عشان هو مش زيهم أساسًا، كل واحد فيهم مكفِّي بيته، بيشتغل شغلانتين وتلاتة، مش بس عشان الفلوس، عشان يديها فرصة تستعد له، تلحق تروق البيت، هو بيرجع الساعة 2 ونص يا دكتورة، بيبقى عاوز ياكل حتى لو سندوتش جبنة، بس إسمي ملزمة بوقت، وبعدين يدخل ينام ساعتين يقوم ينزل 5 يطلع 8.

قوليلي بقى فين الوقت اللي ألحق أعمل فيه؟! كل واحد من إجواز إخواتي بييجي بيته 6 و7 من الصبح، قامت بقى براحتها 2 ، فطرت وعملت وعلَّقت على الأكل خلصت 5، استحمِّت بقى ورايقة، ديه لسه صاحية من ساعتين يعني فالدلع بقى، وسلطة وميَّة على الأكل وتقطع له في بقه، وترقص له عشرة بلدي كمان لو

عاوز، هئ، هي مش نايمة وجوزها جاي آخر اليوم طالع عينه، إنتي ست أهو يا دكتورة واحد طالع من صباحية ربنا وجاي 7 المغرب يلاقيها إزاي ده مزاج المزاج".

ظلَّ الرجلُ صامتًا لتعود هي لوصلةٍ أخرى من المقارنة، ثم صمت الرجل للمرة الثالثة، ثم طرقت الفتاةُ البابَ لتخبرني بأنَّ باقي المواعيد ستتأثر، فقال الرجل:

"طيب عشان نوصل للخُلاصة يا دكتورة؛ لإن إحنا ممكن نفضل لغاية ما نروَّح حضرتك البيت، وإحنا بنحكيلك في نفس القصة بتاعت إني من متسولي الحياة، وأزواج أخواتها أميتابتشان ولا أحمد السقا ده، أنا عاوز أسأل مراتي شوية أسئلة بس حضرتك خليها ما تقاطعنيش، بالله عليكي يا دكتورة أنا فضلت سامع طول المدة، كام سؤال بس، يعني ...".

قاطعته السيدةُ فورًا قائلةً:

"عارفة، هاتقول إيه يا فلان، تحبي إني أبقى زي إجواز إخواتك واضربك زي ما بيعملوا معاهم؟!

تحبي تكتشفي بعد شوية إن كان فيه واحدة عارفها عليكي؟!

تحبي أحكم عليكي إسبوع ما تخطيش عتبة البيت؟!

بصي يا دكتورة هو بيضربها ليه؟!

راجل مكفِّي بيته وعامل كل حاجة وآخر دلع عقبال حبايبك، يا رب يدي بنتك واحد زيهم، يبقى بقى لما تعكَّر مزاجه، ولا يقولها اشحنيلي التليفون تبص فيه لا مؤاخذة يبقى تستاهل الضرب ولا لأ؟!

لما بقى واحدة لامؤاخذة شمال وعشان هو تاجر ومعروف إن عنده فلوس عاوزه تتلزَّق فيه، وتقعد تكتب له وتبعت له، تبقى عاقلة بقى ولا تقوله إنت إزاي تعرف؟!

ما هايقول لها هو أنا هخاف منك يا بنتي ما أنا لو عاوز هاتجوز، هو بقى واحدة تانية هاتبص له على إيه لا مؤاخذة، يا فلان ما أقصدش حاجة بس إنت كويس مثلاً بس الست التانية بتدخل حياة واحد، يصرف بقى ويخرجها بقى فييس يعني، لكن جوزي يا دكتورة قعدنا كتير لما بنخرج يا الجنينة، يا القرافة، إسم

الله على مقامك نروح التُّرب نفتكر الميتين، ويقولي بتقوليلي إجواز إخواتك، إحنا ماروحناش مصيف إلا معاهم".

قاطعها الرجلُ وكأنها أخر محاولة له، أو أنَّ صبر أيوب قد انتهى، وقال:

- المصيف ده اللي بتطلعيه معاهم مش بنعمل له جمعية من السنة للسنة؟!

ردَّتْ فورًا:

- هو إنت فرحان بالكلام اللي بتقوله ده ورحمة أمك يا شيخ، إنت يعني شايف ديه حاجة حلوة أوي، ولا نطله يعني - فهمت أنَّ (نطله) هذه تعني حاجة عليها العين - إسمعي يا دكتورة عشان تشوفي.

ولكي أحسمَ الأمر، ولأنَّ الرجلَ ظهر كمن شعر بأن كل المحاولات ستبوء بالفشل، طلبتُ منها أن تعدِّدَ صفاته التي يتميز بها عن الآخَرين - أقصد أزواجَ أختها - فقالت:

- والنبي ما أنا عارفة، هو إيه ياختي السؤال ده هو ناقص يعني لما هاقعد أقول إيه اللي فيه حلو؟!

صمت أنا الأخرى، ثم قالت:

"والنبي صحيح ما عارفة أقول إيه، هو طيب، ومحترم صراحة، وحنين عليًّا، والله ولا فيه في حنيته يا دكتورة، بس بيحب البيت أوي، ومش عاوز يتحرَّك كده ويتنحرر عشان ياختي أديكي شايفة المعايش، بينزل يشوف الحسابات لنفس الراجل اللي بيدي ملاليم، بيخلصها علينا كلها، يوم ما يقبض يروح يجيب لي علبة الجيلاتي الكبيرة ديه أصل أنا عيلة بحب الجيلاتي شتا صيف – لمن يقرأ من إخواننا العرب تقصد الآيس كريم – يجيبه ولا يحط بقه عليه ويقول للعيال: سيبوا أمكم تاكله، ويلهي كل واحد في حاجة، وهو مفيش يقعد يقسم الفلوس كده، حنين يعني، والمصحف هو اللي خلص خارجة أمي، يعني وطبطبته كده حلوة".

بدأت عيناها تلمعُ بالبكاء، تكوَّرت على نفسها ثم بكت فعلاً، قام الرجل كمن يمشي وهو نائم، احتضنها وجلس لها القرفصاء، وهو يقول لها:

"يا فلانة إحنا مش هانكبر على المواضيع ديه؟!

حرام عليكي إحنا غلابة ليه بقى نكد كل شوية، ده أنا جالي السكر يا بت وما رضتش أقولك".

لطمت على وجهها، وأخذته في حضنِها، لحظات صمت خرجت منها وهي تقول:

"شايفة يا دكتورة أهو مرِض، شوفتي بقى اللي بقوله، ما هو لو كان عمل زي الحاج فلان جوز فلانة - واحد من أزواج أخواتها - وكان عمل له حتة أي مشروع كان يعيا براحته! لكن أهو إسم الله عليه جاله سكر، وشوية وغيبوبة بقى ولا لازم الحقنة، ولا قدر الله بُقِّي برة والشر برة وبعيد، هيجيب منين يبقى مرض ومرار عليه".

عندها خرج الراجل من حضنها، وكدت أخرج أنا من (المهنة) خليك هادي ومشيها من هنا!

هذه الحالة - وهي امرأة طيبة بالمناسبة - متكرِّرة، وطبعًا بأشكال مختلفة، وأساس مقارناتٍ مختلف، لكنَّ القاسمَ المشترك

الأعظم بينهم جميعًا أنَّ في كلٍّ منها لا تشعرُ بمن معك، لا تستمتع بما يقدمه لك؛ لأنك تقارنه دائمًا بشخصٍ آخر ليس هو، وقمة الظلم أنَّ المقارنةَ دائمًا في بنْد أو أكثر في عملية انتقائية بامتياز، تريد فيها أيضًا كما شرحنا (تفصيل شخص) من كل مميزات مَن حولك، لتحولَه إلى كائن (تصنيع) أو تهلكه برصاصةِ المقارنة.

4 - تدخُّل الأهل أو المحيطين

من المشاهد التي رسخت في ضميري الإنساني منذ الطفولة، ذلك المشهد المتكرِّر لأمي في تهنئتها لأي عروسين، ورغم قلة حديثِها إلا أنها كانت تصرُّ على هذا الحديث تقريبًا مع كل زِيجة، مضمون الحديث الذي تقولُه لمن يُقبلون على الزواج من شباب عائلتها أو عائلة أبي، أنَّ الحياة الزوجية التي سيدخلها هي حالةٌ جديدة، ليست امتدادًا للبيتِ القديم سوى في أنه ينتمي للاثنين، ولكن ليس مطلوبًا منه/ منها أن يقوما بعمل نفس البيت لأنَّ الحياةَ تتغيَّر، كما ليس من المنطقي أن يحكمَ على هذه الحياة أشخاصٌ لا يعيشونها - في إشارة منها للأهل - اللذين ينطلقون بكل تأكيد من مفاهيم حياتية مختلفة، ولأنَّ المدخلات ليست واحدة، فالمخرجات أيضًا ستكون مختلفة.

وبعد أن دخلت في مجالِ عملي بالعلاقات الزوجية، أدركتُ ما كانت تقولُه أمي، أدركت أنه يجبُ عليك أن تفهمَ أن تدخُّلَ الأهل في

معظم الأحوال - إن لم ينطبق عليهم توصيفُ الله سبحانه وتعالى "أرادا إصلاحًا" - تدخلٌ ضد العلاقة الزوجية، فأهلُ كل طرف يرون الأمرَ كحلبة مصارعة أو مسابقة لابد لابنهم أو ابنتهم أن يربحها، والعلاقة الزوجية علاقةٌ شديدةُ التعقيد من حيث بنائها، معقدة بالدرجة التي تُصعِّب عليك أن تحدِّدَ أين البداية ومَنْ المتسبِّب الأول، وما هو السبب الأساسي الذي حوَّل الأمرَ بينهما وأوصله لهذه المساحة في موضوعٍ ما؟ وبالتالي يصعب عليك أن تطلق حكمًا بأنَّ هذا أو تلك هو/ هي المسئول عن الموضوع، ومَنْ يقع عليه تدهوره.

في التحليل النفسي علَّمنا أساتذُنا الدكتور مصطفى زيور - رحمه الله - أنَّ الاعتراف بالذاتية هو قمة الموضوعية، وكيف لا تكون ذاتي - وإن حرصت - وأنت تتدخَّلُ لأجل مَنْ هو أهم عندكَ من نفسِك؛ ابنك أو ابنتك؟!

كيف يكون الأمرُ إنسانيًّا وأنت تحكم على ما يمكن نقله من مستوى العلاقة، وصعوبة أن تحصلَ على ما يستحيل نقله، كشعور الفرد منهما وهو يرد على الآخَر، طريقته أثناء قولِه للكلمات التي تبدو ظاهريًّا جميلة، ولكن طريقة الأداء تجعلُها دربًا من العذاب!

كيف يمكنك أن تحكمَ وهناك علاقة تذوب فيها الحدود حتى أنهما يجتهدان ليعرفا أين الفاصل الحقيقي بينهما فيفشلا؟! كيف يمكنك أن تحكمَ في علاقةٍ رأى فيها ابنُك أو ابنتك من الطرف الآخَر ما لم ترَه أنت، وأنت مَنْ تشاركه (كروموسوماته) وبينكما شبكة وراثية وبصمة مشتركة؟!

لكنَّ الآخَر خُلق معه (بصمة نفسية) صنعها ربُّ العالمين، بها يفهم الناس بعضهم بالإشارة، وتتحولُ أمزجتهم إلى بعضِهم، لتصبحَ ابنتك لا تستطيع أن تغوصَ في النوم إلا في حجرتِها ببيت الزوجية، وأصبح حينما يُضغط يبحث عن زوجتِه، حتى لو كان يحتاج لها ليتعصَّبَ عليها، في إشارة نداء منه مفادها: "قربي محتاج تسأليني مالك ومتعصب ليه؟!".

كيف لك أن تحكمَ في قضيةٍ ما يزيد عن نصف أوراقها ليس معك، ثم إنك داخلٌ للحكم بما لا يضمنُ نزاهةَ حكمِك، لابد أن نفكِّر.

وللزوجين أيضًا، أمك لا ترى من زوجِك تلك اللحظة التي فيها ترك نومَه ذلك الصديق العزيز على قلبه لأنك أُصبتِ بسخونة

ليلاً ولم يكن أهلُك حاضري البيت، ربما أصابك حالةُ قيء لا يتحملُها أبوكِ بينما عاشها هو وظل جالسًا حتى ترتاحي، أو مثَّلتْ هي بأنها بدأت تكره ذهبَها لأنَّها تراك في حاجةٍ للمال دون أي حديث، بخلافِ رسائل داخلية ترسلُها لك بأنَّ تعبَك لأجلهم لم يضع هباءً، حتى لو لم تتصرف فيه فقد علمت أنَّ ظهرك مُعطًّى.

كيف لهذه الأمور التي فيها ما يزيدُ عن نصفِ حياة كاملة علاقة (بين السطور)، معاني يرسلها كلُّ شخص للآخر، كم مرة أجلت رغبةً لأنك ترى الآخَر غير مستعدٍّ أو أنَّ الآخَرين سيطلبون منه بالجرام، فجعلت أنت ميزانك بوحدة قياس أوسع ليكون فيها أكثر حرية!

كيف تُدخلين مَنْ لم تشعر بأنفاسِه التي تطمئنك ليلاً حين تسمعين صوتًا بالخارج فتنامين لأنَّه موجود، وعندما تخبرينه أنَّ هناك ثمة شيئًا يحدث فيقوم هو ليعودَ لكِ بعالَم آمن!

كيف تُدخِل مَنْ لم يرى منها ذلك الاستيعابَ لضيقِك أو نقص ما طرأ على حياتك، أو نزول رغبتها مرة ومرات على رغبتِك، أو تلك الإشارة التي تعطيها لأولادها بأن اصمتوا (عشان

بابا يستريح) قبل أن تعلمَ أنت أنك في حاجةٍ للراحة؛ لأنَّ فتحتك للباب ودخولك عليها لم يكن ككل يوم، أو كانت القُبلة التي تمنحُها إياها حين وصولك بها معنًى آخر، رغم اجتهادك في إخفائه تشعرُه، وتتسع إليه، وتسعى لتخفيفه!

انقطعت صلةُ الأهل بحياتكم الجديدة، وبقيَ عليكما أن تقيما حياتكما على قواعد تتفقانِ عليها.

لن أكتب هنا حالةً لأن ما أكثرها وعلى تنوعاتها، بل سأترك لك مساحةً فارغة اكتبْ فيها أنت حالةً رأيتَها أو عايشْتَها، تدخَّلَ الأهلُ فيها فجعلوا من الرفقاء غرباء، جعلوا من السكن مكانًا للنفور، جعلوا من علاقة معظم ما لا يُعد فيها عمليةً حسابية تحتاجُ آلة حاسبة، تعد حتى الاحتضان والتقبيل لأنَّه حق، و(حق ابننا أو بنتنا لازم يوصله).

حالة أسميها حقيقةً (ترخيص الغالي) حينما نجلسُ لآخر نُدخِله ويحكم بما لا يملك، ويقرِّرُ بما لا يفهم، ويقسم بما لا يمكنه إقامة العدل فيه!

5 - ظهور (الخفاش) في الحياة الزوجية

من بين الأمور التي تؤثِّرُ على العلاقة الزوجية، وربما تدفع الزوجين للذهاب للمأذون مرتين، هو ذلك (الخفاش) أو طيور الظَّلام التي تدخل على العلاقةِ الزوجية.

وقبل أن ندخلَ في صياغة المشكلات التي تترتَّبُ على وجود (الخفاش) الذي يظهر - سواء رجلاً أو امرأة - لابد أن نميزَ بين نوعين منهما:

الأول: ذلك الشخص الذي يدخلُ الحياةَ على غير رضا الزوج/ الزوجة، وهو عادةً شخصٌ قريب منه في الشغل أو العائلة أو في علاقات الإنترنت، والذي يحاولُ أن يتحرَّى حياة الشخص ويدخل فيها عند ملاحظتِهِ لأي تغير في العلاقة، فالكثيراتُ مِمَن عانين من مشكلاتِ ظهور رجل في حياتهنَّ الزوجية بخلاف

الزوج، تعبر عن أنَّ هذا الشخص استغلَّ فترة (زعل) أو تدهور ما في العلاقةِ الزوجية، ولا تعرفُ حتى من أين علم بوجود مشكلات، فيبدأ يظهرُ ويعطي دعمًا ما، حتى لو كان في صورةِ تعليق على أحد وسائل التواصل الاجتماعي.

وعلى الرغم من أنَّ دخولَه من البداية لم يكن مرحبًا به، لكن الإلحاحية التي يفرضُها على الزوج/ الزوجة، تجعلُه يتسرَّبُ إلى حياتِه شيئًا فشيئًا، حتى يصبحَ ركنًا من الحياة، ربما ينسى البعضُ معه بعضَ القيم أو الأدوار التي يعيشُها، وفي ذلك قال رجل:

"هي كانت سكرتيرة شريكي، وعمري ما تعاملت معاها إلا في أضيق الحدود، في فترة حصلت مشاكل بيني وبين مراتي بسبب ميراثها، واللي مش عايزة تعرفني عنه حاجة رغم إني عامل معاها كتير، وأصلاً مأمِّن لها مستقبلها بس هي دايمًا حابة تبقى علاقتها بأخواتها محفوظة بسياج من السرية، تقريبًا كده فكرة إنَّ الزوج بيتغير والأخ هو السَّند، وهم أربع صبيان وهي العروسة الوحيدة اللي بينهم، كنت بعدي على شريكي أفطر معاه في المكتب،

في الفترة ديه، شريكي أصلاً مراته قاعدة مع أمه في بلدهم لأنَّها مريضة، فتقريبًا عايش حياة العزوبية هنا، لكن أنا كنت بفطر في بيتي وعمري مارحت أفطر معاه، المهم بدأت البنت اللي هي أصلاً من (لوو استاندرد) جدًّا، يعني اللهم لا اعتراض لكن ربنا قال: "ورفع بعضكم فوق بعض درجات" تقرَّب، تدخل المكتب وتطول، تتصل تفكرني بأي حاجة لشريكي، تجيب فطار لوكال كده من اللي بالنسبة لي حاجة جديدة طبعًا زي البصارة، البتاعة التانية ديه اللي كلها بيض وصلصة وبصل، شكشوكة، عارفة الحاجات بتاعت الأوبن بوفيه بتاع تكا، سألت شريكي قالي يمكن عاوزانا نزود المرتب، شوية بشوية، زي كل الأفلام العربي شغلني الموضوع، بقيت آخدها معايا الاجتماعات، أحط لها ملف صور مفتوح للبس كده بحيث إنها تفهم، والحقيقة فهمت وجابت ولبست، ومراتي لازالت معاندة، وأنا عارف إني ليا حدود عمري ما هاعديها، يعني عمري ما هاتجوزها مثلاً، إستجبت شوية بمزاجي وبعدين بقيت استغرب لو إتأخرت شوية، لاحظت طبعًا إني بدأت اهتم، لا وإيه دخلت أدور على صفحتها على الفيسبوك! تخيلي؟! مرسي ابن الزناتي إتهزم يا

رجاااالة! بس شوية وفوقت، وبقيت أفوق وأرجع، استمريت على كده كتير، مش كتير، أربع سنين.

مالك عملتي كده ليه يا دكتورة هو أربع سنين ده كتير؟! أصل البنت عادي يعني قاعدة، وأنا مش مرحب أوي بيها لإنك سعادتك فاهمة إن المسألة مش لبس بس، أنا بشوف الروج بتاعها بفتكر محمد صبحي وهو بيقول رووووج باكل منه تلاتة، لكن عاجبني إهتمامها، عاجبني إنها بتحاول في الوقت اللي مراتي فيه عملت مشروع مع أخواتها أرض بنوها وبيقسموها مع مقاول، وأنا مش فاهم مراتي نصيبها إيه ولا بتعمل إيه، كل ما ألاقي حياتي مملة أستدعي فلانة ديه في بالي وأفتح لها سِنَّة بس من الباب تدخل تهوس الدنيا عندي، تديني دفعة وتخرج، وهكذا، والمشكلة بقى إني بقيت مش بعرف أقعد غير بالسِنَّة ديه اللي بفتحها عشان تدخل".

غنيٌّ عن البيان أنَّ الرجل هناك غير مُرحب بالخفاش الذي دخل، سواء كنت ستصنفُها معتديةً أو ضحية، لكنه في فترة اعتاد الأمر وأصبح بالنسبة له أمر واقع لا يجدُ فرارًا منه، وقد يدمر حياتَه.

الثانـي: ذلك الشخص (الحلم) الذي تحقق فجأة!

نتيجةً لرغبة الناس في سرعة الزواج، أو عدم التأكُّدِ من أنَّ الشخص الذي اختاروه هو الشخص الذي يحلمون بالعيشِ معه، تحدث زيجات فيها أشخاص لا يوجد فيهم ما يغطِّي حاجةَ كلِّ طرف من الآخَر، وقد يذهب أحدُهما للبحث عن هذا النمط المفقود، الذي عرفوه حين وجدوا أنفسَهم يعيشون حالةَ حرمان ما، أو حتى لا يبحثوا ولكن يظهر بالصدفةِ في مرحلة ما من حياتِهما.

هنا يكون هذا الشخصُ (الحلم) هو ذلك الذي يحملُ المواصفات (الحلم) أيضًا، والتي لم يتوقَّع الشخصُ أنه سيجدُها، أو لم يكن يعرف أنها ما ستحقِّقُ له الراحة، وعندما يجده بالصدفة لا تعودُ الحياة إلى سابق عهدها به، فيحدث توقفٌ حقيقي في مجرى الحياة.

وغالبًا ما يحتاجُ الأمر في هذه الحالةِ تحديدًا قرارًا - للأسف - لا يمكن التوقف كثيرًا دون أخذِه، والذي يتضمَّنُ إمَّا الذهاب للعيش معه، مع وقوع بعض الخسائر في حياتِه الحالية، أو العيش في عذابِ وجوده بصورة مؤقتة، أو إخفائه والرحيل منه.

وهذه الحالةُ يكون فيها الانغماس في العلاقة أسرع؛ لأنَّ الشخصَ يعتبر نفسَه وجد ضالَّتَه، ويكون الأمر أكثر خطورة بالنسبةِ للنساء؛ نظرًا لأنَّهنَّ لا يملكنَ أن يحولن تلك القصة إلى زيجة، ويكون أمامها اختياران لكل منهما مكاسبه وخسائره، وحقيقةً يكون الاختيارُ في حاجةٍ إلى وقفة سريعة حتى لا تقع في المحظور.

قالت:

"أنا إتجوزت جوزي بطريقة عقلانية، وحقيقي كنت شايفة كل حاجة ممكن البنت تتجوز الراجل علشانها، محترم، متدين، ابن ناس، وظيفته كويسة، ضعيف شوية، مش متكلم، بس (أول إن أول) كويس، صاحب ابن خالتي، إتجوزنا بسرعة جدًّا، كان فيه مشكلة واحدة إنه داخل بأقساط كتيرة أوي؛ لأنَّه تعهد بحاجات كتيرة، كان بيشتغل في كذا، والسكن بتاعنا في كذا، يعني ساعتين بين البيت والشغل، كان بيرجع من عربية الشركة مقتول عاوز يدخل الحمام، ياكل، عامل زي اللي خارج من خناقة، زهقت من القاعدة، وافق نزلت شغل، شوية وتعبت وقعدت، حملت، خلِّفت ودخلت في اكتئاب الحمل، وقالوا أنزل تاني، كان شتا إنتظرت شوية عشان ما أحطش البنت في حَضَانة، ماما فضيت عندها

شقة في البيت وموضوع الاكتئاب خوفهم، خدتني ودفعت فرق الإيجار عن شقتي، وخبينا على جوزي عشان كرامته، وماما قالتلي مش عاوزينه يزرجن، نقلت معاهم البنت في أمان، رجعت الشغل بس كان حصل تغيير في الإستاف، جه 4 شخصيات جديدة، واحد منهم إسترخمته في الأول، سبحان الله زي ما أكون كنت بحاول أقفل نفسي منه، لكن اشتركنا في حاجات مع بعض، بعد 3 أيام شغل معاه - بكت بكاءً حادًّا - ثم عادت، والله العظيم يا دكتورة 3 أيام وأنا نازلة العربية اللي ماما إدتهاني عشان أروح وأجي بيها، لقيت نفسي بقول: (هو ده).

لقيت نفسي بفتكر قاعدة كنت قعدتها أنا وصحابي بعد ما إبتدى يجيلي عرسان وما يحصلش نصيب، وسألتني واحدة منهم:

- هو في واحد فيهم فيه الحاجة اللي إنتي عايزاها؟!

قلت لها:

- أنا عمري ما سألت نفسي السؤال ده، عريس يعني راجل كويس، وظيفة محترمة عشان الولاد، ما يبهدلنيش، وخلاص! فردت صاحبتي بهزار وقالت:

- يبقى لسه بدري عليكي يا قطة، في حاجة في الجواز إسمها (هووووو ده)، حد لما تشوفيه ماتبقيش عارفة ترجعي عينك تاني، يبقى كل اللي بيتردد جواكي كلمة (هو ده).

ولقيت نفسي يا دكتورة بقول: (هووووو ده)، مَوِّت نفسي عياط في العربية، وفكرت نفسي ببنتي اللي في البيت، ورحت لدكتور فلان حجزت في ساعتها ورحت له، كان نفسي أسمع منه إن ده من الاكتئاب، بس قالي: مفيش مكتئب مهتم بتفاصيل الحياة واللبس وبكذا وبكذا.

بصي يا دكتورة، أنا مش عبيطة خاااالص، وبقرأ كتب كتير، للأسف طبعًا جوزي مش كده يعني، فأنا مش من الناس اللي هي ينضحك عليها بكلمتين، وبعدين الراجل أصلاً واثق من نفسه جدًّا وما وجهليش كلام، وطول الوقت بيعرض الشغل والإحصائيات والحاجات وإحنا تسعة معاه، في الثلت أيام دول، لكن فيه حاجة والله ما قااااادرة أمسكها.

مش عايزاه يبطل كلام، عايزة أعمله أي حاجة، لاقية نفسي الناس كلها عايزة تمشي وأنا عايزة أقعد، هو منطلق واجتماعي، وقوي، وحاسم، ولو تشوفي بقى في البريك طريقة كلامه في التليفون.

تصوري إني من اللوسة بتاعتي بيه ما سألتش نفسي هو متجوز ولا لأ! لا لا لحظة يا دكتورة، آخر اليوم الأول قلت: الراجل ده يا بخت مراته، بس كده يعني كلمة عابرة والله لسه فاكراها دلوقتي، بعد التلات أيام دول وبعد زيارتي للدكتور، هو المفروض هايروح يقعد في قسم قسم شوية عشان يعلمهم يطبقوا الجديد، فقعدت ست أيام مش بشوفه، كان في أقسام تانية، ويومين ويك إند، بحاول أطلعه من دماغي، لأول مرة أطلب من جوزي يقرب مني، يقرب مني بأي طريقة وبكل طريقة، نزلت بنتي عند ماما، وقعدت لفة نفسي بجوزي، لدرجة إنه قالي: لازم تروحي للدكتور تاني شكلك رجعتي مكتئبة!

مش بلومه، محدش هايفهم إن ده حد إنجذبت له وبقرب لجوزي، وأنا مش لزقة كده، جه الأسبوع التاني وكان وجوده في القسم بتاعي، إحنا تلاتة في القسم، واحدة فينا سنجل كان نفسي تموت رغم إنها صاحبتي، الموضوع جوايا عمال يكبر، عمالة أواجهه بالصلاة، ضفناه على الفيسبوك، وبقيت كإني عايشة معاه غصب عني، هو مش حاسس بحاجة خالص، اليوم الأخير في التدريب عندنا قالوا هايعملوا حاجة

إسمها مجموعة دعم عامة، وعشان تكمل الحكاية بقى وتطبل على دماغي، إختاروني أنا وواحد تاني معاه، وبقى في بينا لقاء أسبوعي.

أنا بقى بقيت بنتظره زي مش العيد، لا الجنة، كل حاجة على الفيسبوك أشوفها أقول: (هوووه ده)، كل حاجة أسمع عنها في المكان بتاعنا أقول: (هوووه ده)".

دخَلَت في بكاء ثان، ثم عادت:

"قلت خلاص هاقدم إستقالة وطز الشغل وحصل مالم أعمل حسابه، وجالي يقعد معايا يقولي ليه تسيبي الشغل بعد النتايج اللي حققتيها، وقتها يا دكتورة حسيت إني مش هاينفع أشوف جوزي تاني، حتى لو مش هاعيش مع الراجل ده، بقيت للأسف في الكلمة مش عارفة أحترم جوزي، والله غصب عني، كل حاجة إتجمعت قدامي، كل اللي كان بيعدي ما بقاش بيعدي، عرفت إنه مُطلق من سنتين وراح عقد برة مصر ورجع، وجه على شغلنا، بقى فيه بينا تفاهم غير عادي، بنتي تعبت أوي أوي وطلع ميكروب نادر، وعاهدت ربنا إن لو ربنا نجاها هسيب كل حاجة، وسبت كل حاجة يا دكتورة، وطبعًا بمووووت.

المشكلة إني بعد ما عدى 8 شهور على قعادي في البيت للأسف لا أنا قادرة أبطل أتابعه، وأطمن عليه من بعيد بدون ما يشعر، ولا قادرة أطيق جوزي تاني أو بالأحرى مش عارفة أشوفه، شايفاه صغير أوي على مقاس عيني، أنا الحقيقة كلمته بصراحة، وقالي ندي نفسنا فرصة تانية، بس حقيقي حاسة إن من حقه يعيش مع واحدة تفرح بيه أنا مش قادرة أفرح بيه للأسف، بعد ما شوفت، خلاص زي ما بيقولوا كده بعد ما بتفتحي الستارة إستحالة تقدري تغمضي عينك تاني، وأنا جاية عشان أشوف هل فعلاً أخد فرصة تانية ولا إيه؟!".

وقبل أي شيء، أرجوك ألا تنشغل بتصنيفِ السيدة أيضًا، هل هي ضحية أم مجرمة؛ لأنَّ ما يهمنا هنا هو ذلك الوضع الذي يضع البشرُ فيه أنفسَهم، مردود الاختيار الذي نظلُّ ندفع ثمنَه، والتعجل الذي فيه نساير المجتمع حتى تثور علينا أنفسنا.

حتى لا نذهب للمأذون مرتين لابد أن نأخذَ حذرنا ممن قد يتسرَّبُ لحياتنا، حبًّا أو كرهًا، لابد أن نُقرِّرَ إن تعرضْنا لموقف مثل هذا كيف سيكون تصرفنا، علينا أن نتخذَ إجراءات (وقاية)، قبل

أن نحتاجَ إلى علاجٍ أحيانًا - للأسف - لا يكون مناسبًا منه سوى الجراحة، أو بتر عضو من أعضاءِ الأسرة والسير بدونه.

راجعوا أنفسكم كلَّ فترة لتدركوا احتياجَ الآخَر قبل أن يجد قضاءَ حاجته الجديدة عند شخصٍ آخر، سدُّوا الفجوات بينكم بالحب والتقبل واللحاق، حتى بالخطأ في بدايته، حاربوا بُعدَكم الذي تسبَّبَ في وجود فراغ سكَنَهُ شخصٌ آخر، بدلاً من أن تحاربوا أنفسَكم وتكسروا أشياء بينكم حتى لو رحل الطرف الثالث الذي دخل فجأة لا تعرفوا كيف تعودوا، كيف تستمر الحياةُ بينكما مرة أخرى!

6 - فشل العلاقة الجنسية بين الزوجين

رغم كل ما عرضناه ونعرضه من عواملَ نفسيةٍ تتدخل في إمكانية ذهاب الزوجين للمأذون مرتين، يظلُّ فشلُ التوافق الجنسي بين الزوجين أحدَ أهم العوامل التي تحقق نسبةً كبيرة في فشلِ العلاقة الزوجية.

وبالطبع يحدث هذا في السنواتِ الأخيرة بصورةٍ أكبر عن الماضي، ويرجع ذلك إلى ما يلي:

1 - كثرة الحديث حول الموضوع حتى أصبح يشغلُ قدرًا كبيرًا من الاهتمام العام.

2 - نتيجةً للحديثِ عنه وصل للبعض أنَّ هناك أمورًا أفضل مما يعرفونه، وأنه لابد أنَّ هناك شيئًا ينقصُهم، وهو ما يجعل البعضَ يأتيك ليطلبَ مزيدًا من المعلومات،

وحين تسألُه عن وجود مشكلة في العلاقة يجيبُك بـ(لأ لكن ربما في أحسن)!

3 – وجود اقتصاد كبير يقومُ على كلِّ ما يتعلَّقُ بالعلاقة الجنسية، وما يتم طرحه في الأسواق من مختلف المجالات، والذي يزيدُ من مزاحمة الموضوع لأولويات الفرد.

4 – التقدم التكنولوجي الذي أصبح يحتاجُ مجهودًا أقل من الإنسان، ويسبِّبُ له مزيدًا من الاكتئاب والفراغ، مما يجعله في حالةِ بحث عن متعة أخرى، مع وجود قدرة بدنية.

5 – قصور العلاقات الاجتماعية والذي يتبعُه وجود فراغ وقتي ووجداني وعقلي، وبالتالي البحث أيضًا عن متعةٍ أخرى.

كانت هذه بعض الأسباب التي توصلتُ لها في دراسة سأنشرُها قريبًا في أحد المؤتمرات الدولية، والتي تجعلنا نفهمُ لماذا أصبحنا أسرى (الجنس)، وما ينتج عنه من إقبال غير شرعي عليه، أو حتى إقبال شرعي في زيجات غيرِ مناسبة لتفريغ الرَّغْبة.

وبالطبع يحدث عدم التوافُق بين الزوجين في أشكالٍ مختلفة، منها ما يرجع للعاداتِ والتقاليد، مثل الجهل الجنسي الذي تُتَّهم به المرأةُ أكثر، وإن كان الرجال - في معظم الحالات - ليسوا بعيدين كثيرًا عن هذا الجهل، خصوصًا أنَّ هناك فارقًا بين الجرأة على الفعل، ومعرفة أساسياته وأصوله.

ومن بين أشكاله الأخرى استمرار بعض الرجال في ممارسةِ العادة السرية - والتي أصبحت موضة أن تأتينا علاقات فيها الزوج ما زال مستمرًّا عليها - وبالطبع يعودُ ذلك إلى بعضِ الأسباب التي نعتبرُها أسبابًا سخيفة، منها طول الخصام، وتدلُّل الزوجة بالامتناع، ومنها المبالغة في الحرصِ على عدم مضايقة الزوجة بالعلاقة الزوجية، وعدم البحثِ عن حلول فورية لأي مشكلة تواجه الزوجة تعيقُ أداءها، فقد جاءني زوجان منذ سنوات ثلاثة، والزوجةُ تعاني من (تشنج مهبلي)، والذي لا تستقيمُ معه العلاقة بصورتِها الصحيحة، ولم يتم السعي للعلاج، وكان الاكتفاءُ بتأديتِها بشكل غير مضبوط.

ويبقى هناك أشكالٌ أخرى من عدمِ التوافق تتعلَّقُ باستحداث الرجل لأنماط مختلفة للعلاقة، سواء من استخدام أدوات للعلاقة أو أشكال جديدة للممارسة، وعدم إتاحة فرصة للزَّوجة لتقبلِها أو إدخالها بشكل تدريجي، أو تأهيلها لها نفسيًّا، خاصةً مع ميراث لا متناه من تعتيمٍ عقلي ونفسي لطبيعة العلاقة عن المرأة.

ناهيك طبعًا أنَّ الرجل لديه القدرة على الفصلِ بين مجالات الحياة، فلا يشغلُه كثيرًا أن تكونَ العلاقة الإنسانية فاسدة في الصباح ثم يجتمعان على لقاء جنسي في المساء، بينما تصطحبُ المرأة معها أَلَمَها منه بسبب مشكلة المصروف، وربما تعليقه الشهر الماضي على أنها لم تكن موفقة في محشي ورق العنب الأخير!

لن أتناولَ حالةً بعينها لأنني سأكون في حيرةٍ من أمري من كثرةِ التنوع في هذه المشكلات، التي ساهم الغربُ في أن يصبحَ الأمرُ وكأنه اختراع نظلُّ نلهث خلف آخر (فيرجن) له، حتى نكونَ متابعين للتطور، فهو دائمًا ما يداعِبُ داخلنا مفهوم (هل من مزيد)!

وقبل أن أتركَ هذا الجزء دعوني أكتب رسالةً للشباب سواء المقبلين على الزواج أو المتزوجين حديثًا:

بعد فترةٍ كبيرة من العمل في العلاقات الزوجية، والقراءة في معظم ما يُنشر عنها، أرجوك لا تعتبرِ الموضوعَ اختراعًا، فهذه العلاقة هي ما جعلها الله أساسَ وجودِنا، يؤدِّيها الفلاحُ والعامل البسيط، كما يؤدِّيها الطبيبُ والمهندس والضابط، وتؤديها الكيميائيةُ والمعلمة وربة المنزل، الموضوع لا يحتاجُ التسلحَ الفظيع بالمعلومات والطرق، بل إنَّ أكثر ما يفسدُها يا بُني هو (السمع المبالَغ فيه عنها)، واعتقاد أنَّ هناك طريقةً معينة صحيحة، وهناك طريقة خطأ، والأمرُ في الحقيقةِ غير ذلك.

العلاقةُ بين الزوجين أشبه بـ(بصمة) الروح بينهما، يشبعان فيها لأنَّهما هما، معاً، بطريقتِهما، ويبقى الاضطرابُ في العلاقة مرهونًا بانتظارِك لمواصفة معينة، (كتالوج) يقولون لك فيه إنَّ المرأة تحتاج ذلك ولا تحتاج ذلك، أو الرجل، مع أنَّ كلَّ شخصٍ له خريطة فريدة، تحتاجُ إلى حب، إلى سعي بنية خالصة؛ لأنْ

يأتي كلٌّ منكما حرثه، أن يعتبر الجنسَ شكلاً من أشكال التعبير عن الحب، تفريغًا من أشكال التفريغ في الحياة، علاقة ليس فيها مصلحة لشخص على حساب الآخَر، تبقى بدايته احتضان، وتقبل لكل ما يحمله الآخَر من تكوين، رغبة في المتعة به ومعه، (خلطة) مطلوب منها أن يخرج الطرفان مستمتعين، راضيين عن بعضهما البعض، لا هي ورقة ضغط، ولا هي ذلك الذي لم يسبقك إليه أحد! ليس حلبة صراع، بل هو أحدُ الأوراق المهمة التي بها يوثِّقُ كلا الطرفين زواجَهما في كلِّ لقاء؛ لأنَّها تقريبًا العلاقة الوحيدة التي لا يشارككم فيها الآخَرون، وفيها يخلو وجه كل منكما للآخر، فلا تتعاملوا معه على أنه (تحدٍّ للآخر)؛ حين تطلبينه منه وأنتِ تعلمين أنه مُتعب حتى تحسبين عليه أنه رفض حقَّك الشرعي، ولا تجعلها تراه مجرد احتياج فسيولوجي، سواء أيدته أو لم تؤيده، تعاطوا مع العلاقةِ الجنسية تعاطي الأرواح قَبْل تعاطي الأجساد، وقبل تطبيق الهوس الاجتماعي بتقاليده وموروثاته حول الموضوع.

7 - الغَيرة المرضية والميل للتملك

تُعتبر الصورةُ الرمزية التي تصفُ ذلك العصفور الذي يترك القفص الذهب الذي يضمنُ له المأكلَ والشرب والمأوى بحثًا عن حريته - أفضلَ تعبيرٍ عن تلك الحالة التي يغفلُها بعض البشر.

فعلى الرغم مما يوفِّرُه (قفصك) للطرف الآخَر من سدٍّ دقيق لمتطلباته، إلا أنه يظلُّ يعتبر الطيرانَ خارج القفص هدفًا في حدِّ ذاته وهو ما يجعلُ صاحبَ القفص (يُحكِمُ) غلقَه؛ لأنَّه يعرف أنه مهما وفَّرَ لطائره ما أن يفتح له باب قفصِه إلا وسيهرب خارجه، بحثًا عن أشياء كانت داخل قفصِك متوفرة له ربما دون تعب.

وهنا على الإنسان - كل إنسان - أن يدركَ هذه الحقيقة قبل أن يدخلَ مع الطرف الآخَر في صراعٍ أبدي لن ينتهي أبدًا من محاولاتِ الكرِّ والفرِّ، التي قد تستجلبُ أحدَ نوعين من أشكال التعامل وهما:

- إمَّا العنف نحو مَنْ يراه يقيدُ حركتَهُ في الحياة.

- أو الدخول معه في صراعِ الصِّغار مع الكبار، والذي تجدُ فيه هروبًا بشكلٍ طفولي، فيه تعتبر أنك أغلقتَ أبواب هروبه، ولكنَّه كالمراهق يبدعُ في (تغفيل) أهله ويصنع ما يريد.

وإشكالية هذا النمط في العلاقةِ الزوجية، هو أَنَّهُ بالفعل يخلق حالةَ عداء (مصطنعة) بين الزوجين اللذَيْن (يَغار) أحدُهما على الآخَر غَيرةً مَرَضِيَّة، قد تصلُ إلى منعه من التعامل الحر مع كافة أشكال الحياة، وكأنه حين تزوَّجَ كتب له تنازلاً رسميًّا عن حقوقِه في نفسِه وأوكَلَها إليه.

ورغم أنَّ (بعـض) الغيرة حُبٌّ يميل له الحبيبُ؛ لأنَّه تعبير عن كونه كنزًا ثمينًا يجب الحفاظ عليه - إلا أنها حالةٌ تشبه كافة مكونات الحياة التي تسبب زيادتُها نفسَ الآثار السلبية لنقصِها.

فالغَيرة الزائدة تشملُ مشاعرَ سلبية تنتقل للشريك تتمثَّلُ في:

1 - شعور الشَّريك بنقصِ حريته كإنسانٍ، مما يجعلُه يسعى للحصولِ عليها بصور قد تكون غيرَ مقبولة أو غير ناضجة.

2 - شعور الشَّريك بأنَّ شريكَه (يحب) نفسَه وأمانه الداخلي والنفسي (هو)، مما يدفعه إلى تضييقِ الخناق على شريكِه ليرتاحَ هو أكثر.

3 - يخلق لدى الشَّريكِ حالةً من الشعور بالضغط نتيجة تحكُّم الآخَر فيه حتى لو بفعلِ الحب.

4 - شعور الشَّريك بأنه يعيشُ (على كفِّ عفريت) - إن جاز التعبير - مع شريكِه الذي يَغار؛ لأنَّ أي سلوك مهما كان بسيطًا يستدعي غيرة الشَّريك قد يجعلُه ينسى العِشْرَةَ وكلَّ الأمور الطيبة، ويهدم المعبدَ الذي يجمعُهما معًا.

5 - شعور الشَّريك بأنَّ الطرفَ الآخَر لا يتمنَّى له الخيرَ إن كان هذا الخير سيفتحُ له بابًا، بخلاف ذلك الذي يفتحُه الشَّريك الغيَّار أو يغلقه برحمته (هو)، وإرادته (هو)، وهو شعورٌ جد خانق وشديد الصعوبة، فتخيَّلْ أنك تعلمُ أنَّ شريكَ حياتك لا يتمنَّى لك أن تنجحَ خوفًا من أن يجعلَك نجاحُك تبعد عن (قفصه)، أو ترى صورتك في مرآةٍ أخرى بعيدًا عنه.

قال:

"إحنا متجوزين بقى لنا 8 سنين، جواز صالونات، واحد صاحبي مراته لها صاحبة، رحت سبوعه، عملوا بينا مقابلة لإني كنت بدور على عروسة وإتجوزنا، من اللحظة الأولى وأنا حاسس إنها غيَّارة جدًّا، لكن إنتي عارفة العقل البشري، يعني قاله رب العالمين كُل من كل اللي إنت عاوزه ما عدا التفاحة ديه ساب كل حاجة وراح للتفاحة ديه!

إتخطبنا وعشت في مواقف صعبة زي إني مثلاً في أول شهر بعد الخطوبة كنت بعمل لهم حاجة في البيت، وبعدين هدومي إتبهدلت فحلف عليّ حمايا أقوم أغير هدومي لغاية ما يتغسلوا، خارج لاقي مراتي اللي كانت وقتها خطيبتي ماسكة محفظتي وبتقرا في الورق والحاجة، لدرجة إني أقسم بالله دخلت وهي ما شافتنيش، ولما شافتني قالتلي: خوفت الورق اللي في المحفظة يكون جرى له حاجة!

طبعًا تفتيش الموبايل مش قادر أقولك طبعًا أيامها ماكنتش الموبايلات متطورة زي دلوقتي، فكاتب تتحجج بأي حاجة وتسحب الموبايل من قدامي وتقعد بيه جوه، مرة حبست نفسها

في الحمام، وأبوها عاوز يدخل وعمال يقول البهيم اللي جوة يرد، هي أخواتها خمسة فالراجل عمال ينده محدش بيرد، أنا طبعًا عارف إن هي بس عشان مش بعمل حاجة غلط كنت بغض الطرف يعني، ولم أناقشها وديه كانت غلطتي.

مرة واحدة بس قالتلي إنَّ الزوجين مفيش بينهم حاجة مقفولة، ولا تورية، وإن الواحد حتى لو غلط ييجي هو يقول أحسنله، تخيلي يا دكتورة ورغم ده كملت، حمااااارٌ كبيرٌ، أهي طبِّلت على دماغي دلوقتي وأديهم عاوزين يطلقوها وياخدوا كُل حاجة عملتها في البيت وطلع عين أمي عشان أعملها.

إتجوزنا بعد سنة وشوية، إبتدت الحياة تبقى جحيم فعلاً، بدأت أشوفها غير واثقة من نفسها، بدأت أكره وجودي في البيت وأقبل الأوفر تايم، وعملت قرشين حلوين، جابت توأم لكن ده ما وقفهاش، حنفي لا ينهززم، كان أهلها بييجوا زيارات، وخاصةً بنات خالتها، كان فيه واحدة منهم صغيرة، ومطلقة، بس صراحة يا دكتورة عقل ما حصلش، كنت بقيت أحب يوم الجمعة لما تيجي مع خالتها اللي هي

حماتي، بالنسبة لمراتي ست العاقلين، عارف عارف نظرة حضرتك ديه، أيوة هي ديه مقدمات الرجالة يا دكترة، ومش هاطول عليكي الساسبنس أكتر من كده، حبيتها، وإتعلقت بوجودها، لدرجة إن لما كان يبقى في أكلة حلوة لمطعم جديد أعمل قال يعني ناكلها الجمعة عشان نبقى متجمعين وأجيبها وهي موجودة، ويااااااختي على تعبيرات وشها لما أجيب حاجة وتطلع حلوة، أصل محسوبك فييس يا دكتورة ممكن يبقى سهر الشهر كله ب 700 – 800 جنيه وأروح أجيب بيهم أكلة سمك ولا كباب وكفتة، ولا حلويات بقى وكده.

والله العظيم عارف نظرتك ديه بردو يا دكتورة، كنت عاوز أبهرها، أو حقيقي زي ما قريت ليكي قبل كده الراجل لما بيحب ست بيبقى نفسه يأكلها، أو يديها من كَدُّه وعرقه، وده كان صح في حالتي، كانت العيلة كلها بتُكرم علشانها، طبعًا كان ظهر بقى الفيسبوك، ومراتي بتابع من ورايا، وأنا سايب لها كل حاجة لإنَّ أنا في دنيا تانية على الأرض مش عند الشيخ مارك الله يلعنه، مراتي شافت واحدة زميلتي بتكلمني وقلبت الدنيا عليها، بصراحة وإنتي عارفة أصحاب

مهنة (.....) مش ساهلين، رحت مخليها تقتنع إن هي ديه البنت اللي بتكلم معاها، وبصراحة البنت ديه خدت بهدلة ما حصلتش، وكل ما مراتي تقفش أي حاجة بينا تقيم الدنيا وتقعدها وأنا طبعًا سعيد؛ لإن دماغها مش جايبة حاجة لدرجة إنها بتشكي لبنت خالتها اللي أنا بحبها مني، ومن علاقتي بالبت زميلتي اللي ما تسواش خبرها، واللي مش عايز أغلط في خلقة ربنا، وإنتي عارفة أو متخيلة واصلة الستات لما يوصفوا ست غيرانين منها بتحسي إنها بتوصف زومبي مثلاً.

فضلت أقرب من بنت خالتها وأنا حياتي جحيم على التانية بس فرحان، لإن الحب الحقيقي في حالة آمنة، ومش عارف ليه كنت بفرح في مراتي أوي وهي دمها محروق على حاجة مش هي الحقيقة".

قلت:

- عشان إحساسك بإنك بتستغفلها، زي ما كنا بنستمتع بتغفيل أهالينا اللي عاملين أو فاهمين إنهم حابسينا جوة بيوتهم وتفكيرهم؟

قال:

"عليا النعمة أسيادنا راضيين عليكي، بصراحة آه، لدرجة إني مرة قفشت نفسي بقول بصوت عالي، خليكي عايشة الوهم كده، وهاتموتي نفسك وعاملة فيها إنك بتقفشي القفشاية اللي ماحصلتش، وإني الراجل الغبي اللي بيقع، وإنك خضرة الشريفة اللي ربنا يفتح لها النقاب عن الحقائق وهي قاعدة في البلكونة كاشفة راسها بالليل!

بجد يا دكتورة ست غبية، يعني هي فاهمة إن واحد شغلته (........) هايسيب لها الحياة بالشكل ده؟! غبية ضيعتنا كلنا، إتورطت مع بنت خالتها أكتر خصوصًا إنها كانت بتقول لها تعقلني، كنا بنروح أنا وهي نجيب حاجات قدام عيون العيلة كلها، عشان حركة مراتي صعبة بالتوأم، عبرنا لبعض عن مشاعرنا، وقررت أتجوزها، قالت لي الشرع ممكن يكون حرام إنك تجمع بيني وبين بنت خالتي، أنا كمان مش هانكر زي كتير معلوماتي ضحلة، ما أعرفش ليه ما حدش فينا حب يسأل هو ده صح ولا غلط، إتلخمنا

وقلنا طيب نشوف، وأنا بصراحة قلت أطلقها وأتجوز الست اللي أنا حبيتها، بس طبعًا موقفها في العيلة هتبقى اللي أخدت جوز بنت خالتها، ففضلنا عايشين العشاق المقهورين، وبنكتفي إننا مع بعض وقالت إنها مش هاتتجوز وهاتيجي تساعد مراتي، وطبعًا مراتي مفيييش وبتاعت مصلحتها، فهاتيجي تشيل معاها البنتين، لغاية ما مرة كده، ساقطة يعني، حد من العيلة شافنا مع بعض برة، واضطرينا نرجع إحنا نسبق ونقول لمراتي، ما إدتش خوانة بس التانية كانت قايلة لها إنها رايحة فرح على أساس لما تتأخر في الرد على التليفون، يعني شكلها إتعجبت لكن ماردتش، وبعدين جبت تليفون ابن جزمة، بيظهر الرسايل من برة، قسطته على عشرين شهر ابن الحرام، وخرب بيتي، كان المفروض إني نازل الشغل اليوم ده، قمت مش قادر، نمت تاني وإتصلت يعملولي عارضة، وهي كل شوية تقولي خد تليفونك، طبعًا هي بتشوف وأنا كنت بمسح كل حاجة لإني عارفها لكن هي كانت تخصص فيسبوك ما شاء الله، وأنا مكنتش حاطط التانية على فيسبوك، قرأت الرسالة من برة، أنا طبعًا في خناقة من الخناقات كنت عملت باسوورد للتليفون،

لكن خليت معاها باسوورد الفيس وهي كانت فرحانة، فرحة اللي جوزها كتب لها كل ميراثه، قمت من النوم على وصلة من اللي قلبك يحبها، إتصلت بالتانية، مراتي جبارة خليتها تحس إن كل حاجة إنكشفت راحت التانية قالت لها إحنا قلنا إستحالة هانتجوز ونخرب بيتك، مراتي قالت لها تعالي هنا فورًا، جت وقعدت تحكي وتعيط ولا اللي قاعدة قدام المذيعة (فلانة)، وهي عمالة تقول لها كان شعورك إيه وإنتي بتعملي كده؟! وتحبي تقولي إيه للناس عشان ما يعملوش زيك؟! مراتي بقى كانت بتسجل حضرتك، وإتاخد الكلام ده عليا، ودلوقتي إما أطلق وأتنازل عن كل حاجة، أو فضايح بقى وأهلها أصلاً لا يتوانوا عن ده، والله يا دكتورة مش تبرير، بس بجد أنا كنت كاره عيشتي، أنا كنت بخاف أنام أنطق إسم أي واحدة من اللي بنشتغل معاهم أو في شغلنا بنحتك بيهم، خوفًا من جنونها، مش مبرر، بس حقيقي كان جوايا إحساس عاوز أديها على قفاها".

صَمَتَ لبضعة دقائق ثم قال:

"كان عندي فرصة أسافر كده مع شغلي كام شهر يا دكتورة، والحقيقة كانوا هايعملولي نقلة في حياتي، قالت لي إبعت لي الملف بتاع المهمة كلها على الياهو بتاعي وأنا هاقراها ونفكر مع بعض، لما عرفت الدخل المادي بتاعها، وإنها ممكن ترشحني لمرات سفر تانية، وفيها بدلات كويسة، تخيلي أول حاجة علقت عليها إيه؟ ده فيها بدل لبس يعني هانشوف نفسنا بقى ونتشيك، وكل يوم والتاني بقميص ولا بدلة، وألفَّ أنا حولين نفسي وأدور على ميتي تسخن!

فضلت تنكد عليا، وتقفلها في وشي، وأنا إزاي أقعد بالتوأم لوحدي رغم إن عيلتها كلها في الشارع اللي ورانا، لغاية ما المهة راحت عشان مش أتحفلط وأتأفلط وأتشيك وتلف حولين نفسها لما ألبس كويس شوية، كل حاجة راحت لحالها، وأنا جاي تقريبًا فرصتنا معدومة للرجوع، لولا إن مرات عمها الكبير قالت نجيلك، يعني أنا لازم أكون صادق، الست ديه عايزة تسيبني وأنا متمسك بيها، بس الحقيقة جوايا مفيش نقطة تعاطف معاها، يمكن مش عاوز الطَّلاق

يقع عشان الطريقة المهينة اللي هايتم بيها، مش الفلوس خالص، لكن إني هاطلق وأنا ساكت، وأنا مجرم لكن محدش هايحملها الذنب معايا إن ليه أنا دخلت في ده، حتى لو السيدات الفاضلات بيقولوا مفيش حاجة تبرر الخيانة، لكن أنا بقول إنك لما تحس إنك راجل مربوط بسلسلة، ياريته مربوط بجنس ولا بدلال ولا بحاجة من الحاجات ديه، لأ، مربوط بسلسلة بتحس نفسك زي اللي بيقاوم الاحتلال كده، يبقى عاوز يرمي حتى حجر من قلة الحيلة.

تصدقي يا دكتورة، وأنا عمَّال أخد وأدي معاكي في الكلام، والورق اللي إدتيهولي في الأول ده أكتب فيه مشاعري ناحية مراتي وناحية الست التانية، والأسئلة اللي مش فاهم إنتي عايزة إيه من كتير منها، لقيت نفسي يمكن مش بحب الست التانية، لكن بحب أنثويتها، بحب الهدوء اللي بتعمله، بحب أن كل ما أعمل حاجة تقولي ما شاء الله، حلو أوي قدم في كذا، طيب ما تفكر تشتري كذا، مش عارف يا دكتورة، مش عارف حتى مش عارف هو أنا عاوز أرجع عشان بيتي فعلاً، ولا عشان أخد فترة أرتب فيها نفسي وأمشي بكرامة شوية، كلامي

معاكي خلاني أشوف مساحة محتاج معاها إني أفكر، هأقول لهم إني مش هأقرر دلوقتي، مش عاوز أظلم نفسي تاني ولا أظلمها، يمكن طريقتها ديه حد تاني يقبلها، وأنا أخد عيالي أربيهم معنديش مانع".

الحكاية حقيقة تكون بهذه بالصعوبة، وصدقًا الحالات الزوجية التي تحوي هذه الدرجة من الغيرة، والشك، والرغبة في التملُّك - تضع على كاهل طرفيها عبئًا كبيرًا، وصراعًا دائمًا، وشعورًا بأنَّ الحياةَ على سطح ساخن طوال الوقت.

الغيرةُ من المشاعر التي تُخلف حالةً من الفساد الشخصي والعام، تلك التي تحدثتْ عنها الأديان، والتي فيها أشهر قصص الإنسانية بين قابيل وهابيل، وبين يوسف الصديق وإخوته، شعورٌ هادم لكل بناء، مقلص لكل هدف، ضارب بكل الأعراف البشرية عُرض الحائط، مُخلف وراءه بركان يأكل الأخضرَ واليابس.

(ترشيد) الغَيرة أمرٌ يحتاج منك ثقةً في نفسِك، ثم ثقة في الآخَر، يحتاجُ اتفاقًا على الخطوطِ العريضة للحياة، يحتاج حبَّ الطرف الآخَر وليس حب الذات فيه، بحيث نشعرُ بأنَّ أيَّ شخصٍ

آخر يهدِّدُ حياتنا معه، وكأننا ورقة في مهب الريح، وليس بناءً سيفتقدُ نكهتَه لو اختفى، وبالتالي عليه هو أن يحرصَ عليه.

أعذرُ أصحابَ (بعض) الغيرة حين يكون هناك شعورٌ بأنَّ الآخَر يريد أن يرى نفسَه في (مرايات) عدة، لكني لا أعذرُهم حين يثقبون مركبَهم، ويكونون على استعداد أن تغرقَ حتى بهم، على أن تهددها موجةٌ يواجهونها معًا.

رشِّدوا غيرتَكم، ولا تتزوجوا ممَنْ تشعرون أنه سيجعلكم في دائرةِ غيرة طوال الوقت، حتى لو كنتم تميلون له عاطفيًّا، فالغيرةُ تسمِّمُ كلَّ شعور، وتقتل كل علاقة، وتهدم نفوسًا قد يحتاج إصلاحُها سنوات، ليس لدى الشخص المغار عليه فحسب بل فيمن يغار ويدخل نفسَه في دوامةٍ لا تنتهي من أنه سيفقد الآخَر فيزيد الخناق عليه.

8 - تراكم الإهانات والتخزين

منذ أن فتحت عليَّ الباب وهي تتعاملُ معي كأنني أعرفُها شخصيًّا، من سلام حميمي واحتضان، وكلمات تعبير بأنها تفتقدني! بالطبع الشكل ليس غريبًا عليَّ، وأُبدي بالطبع أيضًا حالةً من مشاركتها شعور الأُلفة، وأنهال داخليًّا على عقلي بكلِّ اللعان أنه لماذا لا يتذكَّرُ اسمَها، ثم بدأت الصورة تقترب، حتى نجَّا عقلي نفسَه من يدي، وذكَّرني بأنني قابلتُها في ورشةِ عمل في إحدى المحافظات، وساعدني طبعًا حديثُها حول أنها (نُقلت من المحافظة ديه عشان شغل جوزها وأول حاجة عملتها لما جت القاهرة دورت عليّ وجاءت لزيارتي..).

بدأت حديثَها بعد أن رحم عقلي نفسه من يدي حين قال لي إنها كانت محاضرة عامة منذ ما يزيد عن خمس سنوات، ارحميني، فرحمته مؤقتًا، وانشغلتُ بحديث السيدة التي قالت:

"إنتي طبعًا مش هاتفتكري إسمي وكويس أوي إنك إفتكرتيني، والله وأنا بحضنك كنت خايفة تكوني مش فاكراني، أنا فلانة، وخلاص مشيت من بيت حماتي وأهل جوزي وعزِّلنا هنا، وأنا لو تفتكري رقم (3) إحنا كنا أكبر عدد في القاعة، وقولتي إن رقم (3) ده منتشر عند الستات".

تذكرت أنَّ المحاضرةَ التي كنتُ ألقيها كانت عن أسباب الضغوط النفسية التي يُمكنُ أن توصل لحدِّ توقف الحياة، واسمها كان تقريبًا: الضغوط وأنماط القتل الصامت، وكان فيها عشرةُ أنماط أتحدَّثُ على أنهم دائمًا ما يقتلون الإنسانَ ضغطًا دون أن يدري، ويسلبونه كلَّ معنى للحياة بالتدريج، وكان رقم (3) هو النموذج المعني بتراكُم الخبراتِ السلبية في علاقة ما.

استطردَتْ السيدةُ في حديثِها بعد أن ذكَّرتني بأنها كانت نمط (3)، وقالت:

"الحمد لله زي ما قولتلك إتنقلنا على القاهرة، على نِنْ عين أهلي وأهله، أهلي يقولوا أخدْها عشان يستفرد بيها، وكنت خلتني هناك

أحسن، وأهله يقولوا ضحكت عليه عشان عايزة تعيش لوحدها بس على الله تعمَّر معاه، أهو إحنا هنبقى بعيد، والحمد لله بردو هو إتغير خاااالص يا دكتورة، ربنا يباركلك زي ما قولتي إن فيه ظروف بتفرض على الإنسان إنه يكون وحش، وهو كان مقسوم بين أهله وبيني، وإنه أكيد هو كمان عاوز يعيش كويس، إحنا هنا بقالنا 7 شهور كده، والله من أول ما جينا عايزة أجيلك بس القاهرة بنت لذينا بتسرق اليوم، سبحان الله، بنخرج، واللي كان مش بيتكلم كلمتين على بعض بقى يتكلم، لا وإإإإإيه يا دكتورة عقبال أملتك كده، العيال تنام ولو إحنا قاعدين شوية يقوم يحطلي سندوتش جبنة رومي عليه بسطرمة كده في الميكرويف ويسيحوا مع بعض، إنتي عارفة الفلاحين بقى لما يعرفوا حاجة جديدة، سواعي بتكون حادقة بس من فرحة قلبي باكل وأبوس إيده وراسه هههههه".

صمتتِ المرأةُ فجأة ثم بكتْ حتى سال من فمها لعابُها ولم تتمكَّنْ من إيقافه، ظلَّ صوتُ بكائها يرتفعُ وجسمُها يرتجف، وكأن تصورها لموقفِها وهي تُقبِّلُ يدَه ورأسه ذكَّرَها بشيء! استعادت بعضًا من ثباتِها ثم قالت:

"مش عارفة أنسى يا دكتورة، أيوة إيده اللي ببوسها ديه كنت بتلاتش بيها على أي حاجة، أنا كنت نازلة من على السلم من شقتنا لشقة حماتي، كلنا بنتجمع تحت نفطر يوم الجمعة وأنا كنت معاه ليلة الخميس، ونازلين مستحميين بقول له بهزار والله العظيم وربنا وكيلي يا ترى هتلاقيهم لسه مستنينا ولا كله شغَّل الْمَكَن والطعمية بردت، إتعدلي يا دكتورة وإداني قلم بضهر إيده، إتفتحت شفتي وبقيت مش عارفة أطلع ولا أنزل، ونزلت وقلت إني المفتاح وقع مني على السلم وإتخبطت في السجادة اللي سلفتي حطاها على السلم".

عادت إلى البكاء مرةً أخرى، ثم استطردت:

"ضهر إيده ده يا دكتورة كنت بخاف منه، يعني وأنا ببوسها دلوقتي بتفكرني بأد إيه الإيد ديه أهانتني وعلى أي حاجة، لو ماكنش بإيده يبقى بكلمة يالا يا حمارة إنتي مالك إنتي في الكلام ده، لو بس الكل قاعد يتكلم وأنا قلت رأيي في مشاكل أخته المطلقة مع قرايب جوزها، رغم إن أنا في شغلي كويسة، والإدارة بتاعت المنطقة بتاعتنا بيحلفوا بحياتي، عمري ما لومته، أمي

تقولي طالما ماله لبيته، ومفيش واحدة لايفة عليه، وطالما بيحب عياله مش مشكلة، مفيش ست ما إتلاشتش قلم ولا بونية كده ولا زغدة، بس أنا مكنش هاممني إنه يضرب ولا يهين ولا يزغد أنا اللي كان هاممني إني مش ببقى شايفة نفسي عاملة حاجة، وبحسه بينسى كل الحلو، في ثانية".

دخلت في بكاء مرةً ثالثة، لكن هذه المرة لم تُوقف البكاءَ، ولكن ظلَّتْ تتحدَّثُ وهي تبكي و(تُقطع) في الكلام، وبالكاد أفهم ما تقوله، لكنني أعلم أنها لأول مرة تفتحُ هذه الذكريات، ولابد أن تخرجَ كامل شعورِها بها، عادت للحديثِ بالبكاء وقالت:

"في رمضان يا مؤمنة، عاملة أكل يوكل تمنتاشر راجل، إخواته الرجالة واللي بيشتغلوا معاهم، عشان سلفتيني واحدة منهم راحت تولد عند أهلها، فمن أول رمضان حمايا حكم إنها مش هاتقدر على هرس رمضان فتروح لأهلها لغاية الولادة، والتانية كان أخت جوزي بيعملوا لها شقتها فكانت معاها عشان كانت هاتخش على العيد، فكنت أنا اللي عليا أكل الشهر كله للناس كلها، وماله الصحة للدود،

وده رمضان يعني تطعمي الناس كلها، إتلسعت من تُقل الحلة بشيلها من البوتاجاز والتانية سخنة مولعة، عايزة تغرفي لتمنتاشر راجل، وإحنا مش زي عندكو في القاهرة هنا الأدان يأدن والواحدة فيكم رايحة جاية، لأ لازم الأكل يبقى محطوط على الطبالي عشان تقعدي تشمِّي الأكل وتقولي يا رب مش هناكل أهوه إلا على أدانك، تأدبي نفسك يعني وتدعي والأكل قدامك، إتلسعت بعيييييد عنك إيدي بقى كإن حتة لحمة إتسلخت، داخل بياخد مني الأطباق لقى إيدي كده، فقلت كده أتدلل عليه، ده قبل الفطار بخمس دقايق يعني، فبقوله: شوف إيدي، أخد الأطباق وطلع، رجع ياخد تاني بقوله يا خويا بقولك شوف إيدي يا عيني على الحلو لما تبهدله الأيام، وخدت قلللللم يا دكتورة، والله ما بقيت عارفة الرجالة اللي برة سمعت ولا إيه؟!

وقالي:

- خلاص إرتحتي وعملتي في جسمك علامة عشان لما ييجي أبوكي في العيد تقولي له: أصل أنا كنت بأكل البيت كله والرجالة كمان لوحدي؟!

يا لهوي يا لهوي، الله وكيلي ما ييجي في بالي، وهو عارفني، أنا أفكر كده! وبعدين ما أبويا ابن عمة أمه، يعني ولا بيجيب لواحدة فينا لا حق ولا باطل".

ظلَّت تبكي بعدها لفترة أطول، ثم شمرت عن يدِها التي يبدو في جزء من الجلد كأن أصابه العجز، وقالت:

"شوفي أنا هاعمل في نفسي كده، عشان لما أبويا ياجي أقوله شوف أنا كنت بفطر الناس لوحدي؟!

أعذب نفسي كل صيف أبقى هاموت وأهرش فيها بقالي أربع سنين ولا تلاتة عشان لما ياجي أبويا أقوله إني كنت بفطر الناس لوحدي؟!

مش قادرة يا دكتورة كل ما أبقى في حضنه أفتكر، عمري ما كلمته في المواضيع ديه، ومتشالة في قلبي زي اللي شايل جبل، هو جايب في الشقة الجديدة أباجورة كده، يعني لما بنقعد راجل ومراته بنطفي النور ونشغلها، بيبقى قاعد جنبي لا مؤاخذة كده، كل ما إيده بالصدفة كده هاتتحرك عليا ألاقي نفسي إتزغفت حتى لو كان هايحسس عليا

عشان يعني أبقى معاه على الخط، تصدقي أنا في سني ده بتفزع من إيده، بخاف أخد قلم، ولا يقولي أي حاجة، ما هو مرة لا مؤاخذة كنت حاطة بنسة في شعري، عادي يعني كل الستات كده، ولما جيت أنام جنبه بفكها بقى وأفرد شعري، ده على طول، فوهو معايا أزواج كده، وفي أحلى لحظات بقى لجل حظي الإسود يعني بيتحرك كده جنب شعري جت بنسه على وشه، وراح معدول ومديني زُغد كده وقالي: في واحدة حمارة تنام مع جوزها بالبنس؟!

إتأسفت له وإتحايلت عليه وكمل معايا بس وأنا كل حاجة جوايا بتتنفض، أنا مش قادرة أتلم على أعصابي، يعني شايفة إنتي لازم تمتعي جوزك بس إنتي من جوة دايبة في جلدك، إنتي شوفتيني قبل كده يا دكتورة، أنا بقرأ عن الزوجة وعمل الحلويات الجديدة، ولما الجمعية عندنا بتجيب حد زي حضرتك بروح أحضر كل حاجة، بس مش عارفة ليه هو شايفني كده، هو طبعًا إتغير خاااالص زي ما قولتلك، ودلوقتي يقولي حوشي الفلوس ما تخليش حد في البلد يعرف معانا إيه، وبيجيب لي هدوم يقولي ما تروحيش بيها، بس أول 3 سنين جواز مش راضيين يروحوا من مخي".

قلتُ:

- "طيب يا فلانة، بما أنه تغير يا حبيبتي ليه ما تعمليش اللي قولنا عليه في المحاضرة وتفضفضي معاه، وتقولي له إنك سعيدة أوي إنه إتغير معاكي، لإن فيه حاجات حصلت زمان كانت مأثرة عليكي؟!".

قالت:

- "قلت له على حاجة واحدة، إيده وخوفي منها، ووعدني أمام الله إنها عمرها ما هاتتمد عليا، وكل ما يعملي حاجة يقولي أهيه الإيد اللي وجعتك هي اللي بتراضيكي".

قلت:

- "طيب كويس ليه ما قولتيش الباقي؟!"

قالت:

- "قلت أجي الأول أتكلم معاكي، حاسة إني جاحدة، هو دلوقتي بقى واحد تاني، المفروض بقى مخي ينسى، ده بيقولي يا دكتورة لو عايزة عيل تاني نجيب بعد ما كان بيقولي كفانا رابطة وإتنين بس منك كفاية".

قلت:

- "إتحرري من كل الخبرات التقيلة على قلبك ديه، مادام بقى ودود كده إقعدي إحكي معاه، خليه يأمن كل منطقة خوف جواكي، أو يراضي كل منطقة زعل أو يسمح كل ذكرى مش حلوة أو على الأقل يقلل تأثيرها عليكي".

حقيقي التراكم - سواء كان تراكمًا للإهانةِ أو حتى تلك المواقف التي لا تجد لها تفسيرًا من الشَّريك فتفسرها أنت هي حالة قاسية - يحوِّلُ الإنسانَ إلى كائن يعيشُ بطاقة الماضي، ولا يتحرَّك للأمام أبدًا.

فالحلُّ الأسلم دائمًا هو تقليلُ التخزين، والتخلص من الخبراتِ الضَّاغطة علينا، والتحدث مع الطرفِ الآخَر فيما يبدو منه، فقد قال الرجلُ لزوجته صاحبة الحالة التي نعرضُها:

- "والله لو كنتي قُلتيلي من زمان يمكن يا بنت الناس كنت خدت بالي، والله أنا ما فاكر المواقف ديه مفيش غير موضوع إيديك عشان قدامي، لكن الحاجات التانية زي ما تقولي الواحد

كان بيعملها كده، لو كان حد وقفه ولا كلمه يمكن كان إتنبه، إنتي من دمي يعني مش أجيرة جايبها في البيت!".

وهنا وفي حالاتٍ غيرِها نرى أننا نسمحُ لبعضِ الخبرات أن تبني سدًّا بيننا وبين الآخَر، يظلُّ يكبر ويستفحل، حتى لا نعد نرى ما يقوم به الآخَر، هل لأنَّ ما بنيناه منه أو من سيئاته معنا حجب عنا الرؤية، وصنع سدًّا منيعًا؟

عبِّروا لمن معكم أولاً بأول، حتى لو كان بقصاصةِ ورقٍ في بدايتها كلمات حب، كلمات تؤكِّدُ على بناء العلاقة المتين، ولكن هذا التصرف يحتاجُ إلى تفسير، أو أنه سبب ألمًا لا يداويه غيرك، شريطة أن:

نصنع نفس القُصاصات، ونعبر نفسَ التعبير، حين ظهور سلوكٍ طيب من الشَّريك، ليبقى الأمرُ وكأنه رصدٌ حقيقي، فيه حقه قبل واجبه، فيه رصيدٌ نضعُه في العلاقةِ يحميها وقتما نحتاجُ أن نسحبَ منها لتصرفٍ غير مقبول، أو التعرض لهزة أيًّا كان نوعُها.

لا تجعلوا بيوتَكم واهنةً نتاج (سوس) تجمَّع ينخرُ فيها حتى تنهدَّ، أو تبقى لسنواتٍ وهي آيلة للسُّقوط، لا يشعر فيها أحدٌ بالأمان.

تخلصوا من خبراتكم أولاً بأول، بمعنًى آخر: أرجوكم تكلَّموا إلى بعض، لا عن بعض، سواء بينكم وبين أنفسكم أو نقلاً للآخرين، عبِّروا عمَّا يُرضيكم، ومالا لا يرضيكم ، مروهم بالمحببات إلى قلوبكم واصطبروا عليهم، لن يتحوَّلَ الشخصُ الصامت إلى ثرثار، ولن يتحوَّلَ الشخص الذي يعبر عن الحب بــ (بطيخة) فجأة إلى الورود، ولن يتحول مَنْ يميل إلى الاستعراض أمام أهله بأنَّ زوجتَه تابع إلى شخصٍ متوازنٍ يظهر معها يتشرَّفُ بما تقولُه أو تفعله مرة واحدة، كل هذا سيأخذ درجات، المهم أن أخبرَكَ بما يرضيني منك، وأخبرك أيضًا بما يضعني في حيرةٍ من أمري، أو يسبب لي تعاسة، ربما لن تستطيعَ أن توقفَه لأنَّه جزء من تكوينك، لكن فهمك أنني أتحملُه لأنني أحبك، ولأنني زوجتك أو زوجك، ربما يجعلُك تعوضه في مجالٍ آخر، أو حتى تخفف من وطأته بأن تعبِّرَ عن أنك لا تملِكُ منه فكاكًا؛ لأنَّه للأسف جزء من تكوينك.

9 - وجود بناء شخصية الضحية لدى أحدهما

الحقيقةُ إنني في كلِّ كتاباتي لا أجدُ مفرًّا من الكتابةِ عن هذه الشخصية، خاصةً حين أتعرَّضُ للعلاقات البشرية؛ ذلك أنَّ خصائص هذه الشخصية تجعلُها مدمرة للعلاقات، ومدمرة لنفسِها بامتياز، فآفتها أنها لا ترى في أيِّ شيء يحدث على مستوى العلاقات بها إلا دورها كـ(مفعول به)، لا ترى الآخَرين إلا آخذين منها تحت أي شعار، لا ترى إلا أنه تم استغفالها، وبالتالي هي إما حزينة لما تم أخذُه، أو متوجسة لما سيتمُّ آخذُه، باعتبار الآخَرين لا يقدرون إلا عليها.

ونظرًا لكونها حبيسة هذا التصنيف الذي تضعُه لنفسِها - بأنها ضحية - فهي حقًّا بالإضافة إلى عدمِ الشعور بالمتعة من أي شيء، لا تسعى إطلاقًا لتغيير ما تعتبرُه سببًا في وضع الضحية والمفعول به.

وفي ذلك تجدُ مبرراتٍ كثيرة جميعها يرجع للشخصِ الآخَر في العلاقة، لا يرجع إليها، وحين تكون كلُّ تعاستِنا أو سعادتنا

من وجهة نظرنا في يد الآخَرين، فنحن هنا غير مطالبين بشيء، وبالتالي علينا أن ننامَ كلَّ يوم في سلامٍ مطمئنين أننا فعلنا ما علينا، ثم لا ننسى أن نخصَّ بالدعاء مَنْ نعتبرُهم الفاعلين في حياتِنا السالبين لنا كل حقوقنا.

وهذه الشخصيةُ في العلاقة الزوجية تخلقُ حالةً من الحياة المأساوية وتعيشُ فيها، وربما تشارِكُ في صناعتها، لا، ليس ربما، بل هي فعلاً تشارك في صناعة كلِّ ما يجعلها مسلوبةَ الحق، ضعيفة، سواء نجحت في أن تجعلَ ذلك أمرًا فعليًّا واضحًا للعيان، أو يبقى شعورًا داخليًّا تتجرعه كلَّ يوم بمنتهى الحرص، وكأنه (حباية الضغط) التي بدونها قد تُصابُ بانفجار في المخ!

قال:

"أنا يا دكتورة من الناس اللي الحمد لله يعني مالهومش حظ مع حد، مهما عملت ومهما قدمت، في شغل بقى، في صحاب، في قرايب، مفيش ومبقتش أسأل خلاص، جيت أقول عاوز أتجوز، أهلي قالولي طيب شوف عاوز إيه وإحنا معاك، وطبعًا الكلام شكله

حلو لكن الحشو مش كده، يعني واحد طول عمره في حاله، وطول حياته مربيينه على إن ده صح وده غلط، خلاص بقى 26 سنة هايعرف يجوز نفسه؟! قعدوا جابولي كام واحدة، وما أحسش إني مرتاح، وفي الشغل البنات مش اللي يعجبوني، أنا أه عندي عربية أخر موديل، في الفئة بتاعتي يعني مش في فئة رامي صبري وتامر عاشور مثلاً، لكن أهو يعني أحسن من غيري، أو أهلي بيقولولي كده.

بشتغل شغلانة كويسة، صحيح فيها المدير يبقى كويس لغاية ما اتنقل لقسمه وبعدها يوريني الويل، بس بردو الحمد لله، صحتي كويسة بلعب رياضة، صحيح الشغل أحيانًا بياخدني وألاقي نفسي مرة وإتنين وتلاتة ممكن يعدي أسبوع ما أروحش ألعب حاجة خالص، ولا بقى الحسد على إني بنزل الجيم في الشتا قبل الشغل، واللي يفضل يقولك مش بتبرد بقى لما تعرق وتطلع عربيتك من الجيم، يعني بيطلعلي في كل خرابة عفريت، طبعًا ده كله ممكن يخليني مطمع للبنات معانا، بس أنا مش عاوز جوازه كده، مش حتى الجواز بقى هايطلع زي بقية حياتي.

اللي شوفتهم جابولي ثلت بنات، إتنين منهم رفضوني، قالوا إني تقيل، مش عارف مالي، المهم كان الرد كل شيء قسمة ونصيب، التالتة قالوا تعالوا رحنا الحمد لله برده ما اتفقناش، أمها كانت عاوزاني أجيب كل حاجة تقريبًا، وقبل ما أنا أفكر أه ولا لأ لقيت أهلي مش مبسوطين رحت مستأذن بابا وقلت لهم إن طيب إحنا نشوف الكلام ده ونرد عليكم، وطلعت من عندهم عاوز أقولك عندي إسهال وتعبان، أمها شعبية شوية فكانت بقى عاملة بط ومش عارف إيه، يعني حتى ديه ما سلمتش منها، نفسي قفلت وقعدت سنة ونص بقى مقفول، لغاية ما الكابتن اللي بيدربني في الجيم قالي: الجواز مهم في الفترة ديه إنت مش هاتقضيها جيم، رجعت أكلم أهلي تاني قالولي نرجع ندور، بس إنتي عارفة بقى ده بيبقى كلام وحتى أهلك كل واحد ملهي في حاله، فقلت لهم: أنا عاوز على آخر الشهر أكون خاطب، وفي خلال شهرين تلاتة بالكتير أكون داخل، قلت مرة مرة واحدة أخد حقي، بس مين، حق مين إنت عايش مالكش حقوق!

عدى 11 يوم أسأل أمي تقولي: يا إبني والله كلمت كل الناس، اللي عندهم بنات حولينا كلهم سنهم 21 سنة وتقولك لأ أصله اللي داخل على التلاتين ده كبير عليها، واللي تقولك البنات ما بقوش عاوزين جواز الصالونات ده، والكبييرة أوي بقى إن واحدة قالت لها: لما إنتم مستريحين كده قاعد كل ده من غير جواز ليه؟!

فاهمة يا دكتورة بيشاوروا على إيه؟! على إني مش راجل بقى أو مشكوك فيا، قلت لأمي يا أمي فاضل على آخر الشهر 16 يوم، شوفي كده وأنا معاكي في أي حاجة، تروح راده أختي الكبيرة تقولي: ما تاخد فلانة أخت جوزي بت كويسة وإحنا عارفينها وإطلقت ظلم بعد جواز خمس شهور، إنت عارف بقى أهل جوزها كانوا وحشين إزاي، ودول مش هايقولولك حاجة وهتقدر تتجوز في خلال شهر لو عاوز.

الكلام يا دكتورة وقع عليًّا زي الصاعقة، هو أخوكي ناقصه إيه عشان تقولي يتجوز واحدة كانت متجوزة؟! أنا مكنتش لسه جبت التلاتين يا دكتورة، سبتهم ومشيت وأمي فهمتها غلطتها،

بعد كام يوم قلت لله الأمر من قبل ومن بعد اللي خلى إخواتك شايفينك كده هتستنى إيه من واحدة تانية؟! قلت لهم: روحوا شوفوها، أمي كانت رافضة، بس طبعًا مش عاوز أشكك فيها، يعني يا دكتورة أمي كمان أكيد مستقلية بيا؛ لإن بمجرد ما ألحيت عليها شوية، وافقت!

وخلال شهرين إتجوزتها، إتجوزت واحدة كانت مع راجل تاني، وقلت نصيبي تبقى ليلة الزفاف يوم عادي بالنسبة لها، فيلم شافته قبل كده، وعشت بقى معاها بقالي سنتين بعمل كل حاجة حسب نوتة، كنت قعدت مع أختي عرفت منها إيه اللي عمله جوزها الوحش اللي طلقها وعاوز أعمل غيره، يعني مفيش راحة في بيتك، عارفة برامج تليفزيون الواقع اللي بيصوروا كل حاجة أنا في بيتي كده، مش عاوز أبقى زي الراجل التاني، ومش عاوزها تحكي حاجة لأمها وأمها تحكي لإبنها اللي هو جوز أختي، وأختي وأهلي يعرفوا وأبقى لبانة".

قلتُ:

- "ما فكرتش في كل ده قبل الجواز؟!، يعني إنت بتشتغل (.......) يعني ما شاء الله المفروض بتفكر وتقدر وتخطط؟!"

قاطعني فورًا وقبل أن أكمل حتى الكلمة الأخيرة قائلاً:

"يا دكتورة بفكَّر إيه واخطط إيه بقولك أختي الكبيرة شايفاني أتجوز واحدة مطلقة، وأمي عملت نفسها مش عايزة بس في الجواز إدتها إسورة بتاعت 40 جرام كانت جيباها وهي مع أبويا في الخليج، عشان أدت البنات دهب في جوازهم، يبقى تقوليلي مش عارف إيه؟! وفكْرك لو أنا كنت رفضت كانوا هايدورولي؟! أنا بالنسبة لهم ولا حاجة، زي المدير بتاعي بالظبط، أعمل الحاجة يروح يحط عليها إسم القسم كله، وإسمي من ضمن، المهم ده اللي إتكتب عليا ومفيش مفر منه".

قلت:

- طيب البنت اللي إتجوزتها، طريقتها معاك فيها مشكلة؟ ولا الحكاية كلها إنك إنت اللي حاسس إنك متقيد؟

ضحك وقال:

"والله يا دكتورة شكلك طيبة زي حالتي، قال البنت اللي إنت متجوزها! ده هو أنا مش واخدها بنت يبقى: البنت اللي إنت متجوزها؟!

عمومًا هي عايشة وأنا عايش، بس مش زي الناس التانية، مش زي المتجوزين، طب والله أنا ما ليا طلبات، ووالله كمان بقبل بأي حاجة، وحتى إن ربنا ما إدانا خلفة لغاية الآن وأكيد الناس بتتكلم عليا، وعارف إن ممكن أتحرم من النعمة ديه كمان، بس هنقول إيه الحمد لله، أنا بقى عاوز أطلقها، عشان تتجوز وتخلف، وانا بقى أواجه مصيري لوحدي، ما يمكن لسه كمان في مرض هايجيلي ولا حاجة".

قلت:

- وهي الست اللي إنت متجوزها قابله موضوع الطَّلاق ده؟

قال:

"آيوة كده تقولي ست مش بنت، ولو إني مش بزعل أنا بقبل بكل حاجة، تعرفي أنا أمي قالت عاوزين ندِّي أختكم الصغيرة حاجة زيادة

شوية عشان جوزها توفي، كل واحد من إخواتي إدَّى كام ألف، أنا رحت إتنازلت لها عن ميراثي كله، أصل عادي أنا اللي متجوز بقالي سنتين ومعنديش عيال وأكيد منتظرين مني ده، رغم إن أمي كانت هاتشق هدومها لما عرفت، بس بردو ده والله اللي كان مطلوب".

أعدت عليه السؤال:

- زوجتك موافقة على الطَّلاق؟

قال:

"معلش يا دكتورة أنا عملت نفسي ما سمعتش المرة الأولى، يعني هاترضى إزاي وهي مطلقة قبل كده؟! أكيد عايزة تقعد معايا حتى لو مش طايقاني، عشان ما يتكلموش عليها ويقولوا إطلقت تاني حتى لو أنا قرد، هي بتقول في بالها أهي عيشة والسلام، شقتها فيها كل حاجة، راجل مش بيفتح بقه، أهل جوز شايفنها هي كتيرة عليا وبيبان لما تعمل لهم عزومة يقعدوا يقولوا لها تسلم إيدك يا فلانة، ولا كإن أنا اللي تعبان وشاري، وتبقى القعدة كلها على عملتي ده إزاي؟ هو ده محطوط له بيض ولا لأ؟ وأنا قاعد زي اللي معزوم".

ظَلَّ الرجلُ يعدِّدُ كلَّ ما يدل على أنه ضحيةُ الآخَرين، ضحية كلمة قالتها الأختُ ربما من بابِ الدُّعابة أو العرْض، ولكنه استجاب ثم قرَّرَ أن يدفعَ حساب فعلة الآخَرين طيلة حياته، حتى أنه لم ير ما تفعله له زوجتُه، هذا الرجلُ كان معه خاله الذي جاء معه بناء على طلبه، ودخل بعده، ليحكي ويعدد في ميزات زوجتِه، وأنه دائمًا ما يشعرُ أنه مهضومٌ حقُّه، منذ صغره، وأنه الوحيد الذي يتحدَّثُ على أنه يتيم رغم أن عائلة أمه لم يتركوهم، ولم يعِش هذه الحالة، لا إخوته الأكبر ولا الأصغر.

جاء حديث الرجل ليثبتَ أنَّ تكوين الشخصية التي تعيشُ سيكولوجية الضحية، لا تقيس الواقع، وإن عاشتْه فهي تلوِّنُه بلونها.

ولكي تعرف الشخصية الضحية منذ البداية عليك أن تفهمَ هذه الملامح حتى تأخذَ حذرك منها وأنت تختار:

1 - تتحدَّثُ عن أنها وُضعت في الأماكن الإنسانية المختلفة ولم تختر.

2 - تستجيبُ مباشرةً لكلِّ ما تقوله، لكنها تُدفعك الثمنَ غاليًا، إن لم يكن بالكلام أو اللوم فبوجهها.

3 - تقلِّلُ من نفسِها بشكلٍ كبير لصالح الآخَر.

4 - كلُّ ما تذكرُه غالبًا ذكرياتٌ سلبية ضُحِك عليها فيها، ولكنَّها لا تحكي عن موقفٍ كانت فيه شديدة أو أخذت حقَّها.

5 - لا تحاولُ أن تختارَ أبدًا، حتى لا تتحمل مسئولية اختيارها، فحينما تسألُها عن أكلتِها المفضلة، أو جلستها المفضلة، أو الأماكن التي تُحبُّها، فهي غالبًا ترد بـ(أي حاجة)!

6 - تعتذرُ دون طلب، وتعطي للآخرين أزيد من حقِّهم، ثم تتحدَّثُ عن أن ذلك حدث تحت أحدِ السُّيوف، وأنه لم يكن عطاءً حرًّا.

احذروا هذه الشخصية، وإن كان ولابد من الارتباطِ بها، فذكِّروها دائمًا بما تحصل عليه، علِّموها أن تختارَ وتدفع ثمنَ اختيارِها، حتى في وجبةِ طعام قد يبدو طعمُها غير محبب فلا تطلبه مرةً أخرى.

10 - الإصرار على رسم علاقة الشَّريك بأهله

في بعضِ حالات الزواج يقرِّرُ أحدُ الزوجين أنه يجب عليه أن يعيدَ رسم علاقةِ الطرف الآخَر بأهلِه، وحين مراجعة هذه الحالات، والتي جمعت منها إحدى عشرة حالة أدرس فيهم ممن مرُّوا عليَّ خلال سنوات العمل، وكانت هذه الأمور فجَّةً في حالتِهم، وجدت ما يلي:

1 - الشخص في هذه الحالةِ تكونُ واضحة بالنسبة له منذ البداية طبيعة علاقة الشَّريك بأهله ولم يتفاجأ بها، وبالتالي قد يبدو لشريكِه أنه راضٍ عنها وموافقٌ عليها ضِمْنًا.

2 - هناك دائمًا لدى الشخص الذي قرَّرَ أن يعيد رسم علاقة شريكه بأهله شعورٌ بأنه أذكى أو أكثر فهمًا.

3 – في منافسةِ هذا الشخص لأهلِ شريكه قد ينساه هو شخصيًّا، بل ويعاقبُه على نمطِ تعامل أهلِه معه حتى يضطرَّ للاستجابة له والتغير مع أهلِه.

4 – يظلُّ رضاه حتى في الحقوقِ الشرعية مرهونًا بتنفيذ الشَّريك للنمط الدَّقيق الذي رسمهُ لعلاقة شريكه بأهله.

وهذه النقاط السابقة والتي تم الحصولُ عليها من تحليلِ تلك الحالات، إنما تُعيق النموَّ السوي للعلاقةِ الزوجية، والدخول إلى مرحلة الراحة في التعامل وعدم حساب كلِّ شيء، وقياس كل تصرف، وعمل حسابات دقيقة قبل الظُّهور مع الأهل؛ لأنَّ الشَّريكَ متربصٌ لأي تصرف يقوم به أهلُ الطرف الآخَر، وعليه بالتالي أن ينتظرَ ما سيعقبُه تصرف أهله معه أمام شريكه؛ من كلماتٍ سخيفة وتصنيفات أكثرَ سخافةٍ تشملُ كلمات: (مش حاسة إني متجوزة راجل) أو(همه معتبرينك هبلة) أو(مش أخرة صبري أتجوز دلدول لعيلته) أو(ليهم حق يعملوا معايا أنا كده ومرات أخوك لأ؛ أصلها لا مؤاخذة متجوزة راجل يخافوا يفتح صوته عليهم أد كده، ولا يبهدل التخين فيهم) ... إلخ.

قالت:

"أنا يا دكتورة عاملة زي اللي حطت فلوسها في مشروع من اللي بيجيب عشرة جنيه مثلاً، وهي كانت فاكرة إنها مشاركة بيل جيتس مثلاً يعني، أو اللي دفعت على أساس هاتركب قطر أسباني الدرجة الأولى مثلاً، ولقيت نفسها في السبنسة مثلاً يعني! أو مثلاً اللي راحت قالولها إدفعي لمصيف وهي فكرت إنها مثلاً رايحة مارينا أو الجونة وخدت هدوم مثلاً على أساس كده، ولقيت نفسها في بلطيم مثلاً يعني ولا جمصة مثلاً".

اضطررتُ لمقاطعتها لأني لاحظتُ أنها متوقفة لدقيقتين تبحث عن (مثل آخر)، وقلت لها:

- يااااه ده إنتي شطورة في التشبيهات، وعارفة تنقليلي إنك زي اللي كان معشم نفسه بحاجة مثلاً، ولقى حاجة تانية مثلاً يعني، صح ولا إيه؟

قالت:

"وعرفت مثلاً ومثلاً يعني؟ أصل ديه لزمة، وحقيقي بتريحني، فمش بحاول مثلاً أوقفها، طيب نرجع لمرجوعنا، هو مثلاً يعني زي ما قولتي كده، ترسمي حاجة، وتلاقي مكانها حاجة تانية مثلاً، بإختصار جوزي اللي كنت فاكراه المجري مثلاً ولا الأسباني مثلاً يعني، وهو طلع القشاش ولا قطر الصحافة مثلاً، هو الصغير بتاع إخواته كلهم رجالة خمسة وتقدري تقولي مثلاً إنه أقلهم في الوظيفة، مثلاً يعني كل واحد منهم اللي كذا واللي كذا واللي كذا، جوزي الصغير واللي مثلاً إيه بيشتغل بمؤهل عالي، بس على أدُّه في شركة كده مثلاً كإنه موظف، وإخواته اللي جايبنها له زي ما تقولي واسطة مثلاً يعني، وطبعًا إنتي لما بتساعدي واحدة زميلتك في المكتب مثلاً في كتابة تقرير ولا حاجة بتبقى عاملة معاكي زي العبد مثلاً يعني، فما بالك بقى بواحد همه اللي مشغلينه، وبيختاروا له كل حاجة؟

هو تقدري تقولي مثلاً عامل زي المناوِل بتاعهم، أخوك الصغنن حلاوة مثلاً.

عايشة معاه بقالي 12 سنة ومعايا منه تلاتة، وزي ما الناس بتقول لا راجل مثلاً بتاع سيجارة، ولا قاعدة قهوة مثلاً يعني، ولا أي

حاجة، معندهوش مثلاً فيسبوك لغاية دلوقتي يعني بنتي اللي عندها 11 سنة مثلاً عندها زي ولاد عمامها، وعملولي طبعًا وعندي إضافات مايقولش مثلاً مين ده ولا الراجل ده مين، وأنا بوريه أي حاجة على صفحتي مثلاً يعني، يبقى عارف الدنيا فيها إيه، لكن يا دكتورة جسمي بيفور، والله العظيم مش كلام، لكن مثلاً تلاقيني طلع لي حبوب في جسمي، ولا مثلاً يعني جسمي درَّن كده وعمل بوتش لوحده، لما نروح نقضي كام يوم عند أهله في البلد في مناسبة ولا حاجة، وتشوفي بقى مرات المستشار، ولا مرات الدكتور، ولا مرات الظابط، ولا مرات حتى مثلاً ابن عمهم اللي فاتح شركة كده، ولا مرات ابن عمهم التاني مثلاً يعني المهندس اللي بيشتغل في شركة بتسفره كل شوية حتة كام شهر ويرجع، ولا ابن عمهم التاني مدير الإدارة التعليمية، ولا ابن عمهم التاني مثلاً اللي مدرس وأهو تفكري مثلاً إنه على أده بس بيتحجز لدروس الثانوية العامة من قبلها بسنة وما شاااء الله عليه، ومراته مثلاً يعني ما تشوفيهاش أقل من الناس ديه.

كلهم كبار وجوزي الصغير، فالكل يقعد وهو بقى ياخد العربية مثلاً يروح أول الطريق يجيب الفاكهة، طبعًا مش بيدفع حاجة كلهم

بيطلعوا الميات ديه مثلاً كأنها عشرة جنية، بس أنا الوحيدة اللي أبقى قاعدة من غير جوزها لأنَّه رايح يجيب وجاي مثلاً جايب وشايل".

أخرجت كراسة يبدو أنها من كراساتِ أولادها، فتحت الصفحاتِ من الأول، وجلست تحدِّثُ نفسَها وتضع علامة بالقلم: "ده قولته، وده كمان قولته".

وبعد صفحتين ثلاثة عادت فجأة وقالت:

"آآآه عشان أقربلك الحكاية وأخليكي تفهمي اللي عايزة أفهمهولك مثلاً كنا يوم متجمعين، كان شم النسيم، وكنت أنا مش هاكل فسيخ ولا رنجة ولا حاجة كنت تعبانة، مثلاً إيه كانت معدتي قالبة عليا ولإننا بنكلم حماتي نقول لها مثلاً لو عايزة حاجة وإحنا جايين رغم إن الكبار مثلاً واللي معاهم مش مخليينها محتاجة حاجة بس أهو برو عتب، وبنحاول نعمل منظر لإننا في الحقيقة بنيجي من عندها محملين، فراخ وبط وحمام ما هو إحنا مثلاً اللي مرتباتنا إحنا الإثنين مش هاتكفي نجيب الكلام ده، فعرفت إني تعبانة، فرحت لقيتها عاملالي فرخة بلدي، وشوربة، ومجهزاهم، مش هي يعني

البنت اللي بتساعدها، قعدوا بقى كلهم زي مثلاً إيه مكان كبيير كده زي مثلاً اللي بيقولوا عليها فسحاية كده، ومثلاً يعني بقيوا ينادوا على بعض، جوزي واقف عامل زي أشارجي المرور مثلاً يعني عمال ينظم الدنيا للناس، اللي بيقعد على مسند يحطهوله، واللي مثلاً مش بيعرف يقعد من غير ما يسند ضهره يدخله يخليه على الحيطة، واستنى مثلاً إن حد ينده عليا مفيييش، قلت مثلاً يا بت ما تنكديش على نفسك، نزلت لقيت أخوه الكبير بيقولي: نازلة ليه في الريحة ديه يا بنت الناس، ما تخليكي فوق مع فرختك، ديه هتبقى جريمة دلوقتي ومحدش هيبقى طايق ريحة حد، الكل ضحك يا دكتورة، وأستنى جوزي مثلاً يرد، ولا يقول حاجة لأ أنا ما أستغناش عنها، ولا لا تطلع فين مثلاً يعني، ولا كلمة، وأبص له وأزغرله، كل اللي عمله إيه تخيلي كده عمل إيه مثلاً؟".

قلت:

– طبطب عليكي وقالك يالا إطلعي وقعد مع إخواته وإنتي طلعتي.

قالت:

"ده أنا كنت أتطلقت فيها، ديه قلة قيمة يا دكتورة يعني مثلاً يبقى كده أنا الكلبة اللي هاتطلع فوق لوحدها معلش يعني، لكن هو طلع معايا، وبقينا مثلاً زي الجربانين، وطلع له أخوه اللي فوقه على طول صينية عليها مثلاً من الفسيخ الفخم اللي جايبة أخوة الكبير، والملوحة والحاجات ديه مثلاً يعني صينية مصغرة للي محطوط تحت، وقالي أخوه: معلش يا أم فلان بقى على الريحة، إحنا كنا عاوزين نعزلك عشان الحاجَّة قايلة إن معدتك تعباكي، بس العصفورين بقى اللي مش بيعرفوا يقعدوا بعيد عن بعض، وقعد يعمل بدراعاته صو صو صو.

وبردو مثلاً إن جوزي يرد ويقوله يعني الأصول إنها تقعد لوحدها مثلاً في يوم إحنا متجمعين فيه كلنا؟ ولا رد بردو. معدتي تعبت أكتر، أكلت حتة فرخة لإني كنت جعانة وبعيد عنك فعلاً ده مثال لإن الأكل كإنه سممني، فضلت أرجع، وهم تحت مكملين كلام إن الريحة أذتني، وقلنالك يا أم ... بلاش تشمي الريحة، كإني

مثلاً أنا اللي مرضت نفسي، ده كان موقف صعب أوي يا دكتورة، رجعت من هناك مش عارفة أكلمه، يقولي الموقف عادي مثلاً الراجل بيقول عشان مصلحتك، أرد أقوله مثلاً إنت مالك".

روتِ السيدةُ مواقف كثيرة إلى أن وصلنا للموقف الذي وصلوا به للطلاق؛ حيث إنَّ العائلة أُتيحت لها فرصة شراء أرض وأرادوا أن يبنوا عليها بيتًا للعائلة، ويخصصوا شقةً لكلِّ شخص، فجاءت التقسيمة بأنَّ شقته - التي لن يدفع فيها شيئًا لكن الأب سيدفع نصفَ المبلغ والإخوة الثلاثة الكبار سيكملون الباقي الذي سيوجه للبناء - ستكون شقة في الدور الأخير، بينما ابن عمهم - المتداخل معهم في كلِّ الأعمال الاقتصادية والذي أنهى صفقةَ الأرض ووصل فيها لسعر غير متوقع - سيأخذ الدورَ الذي يسبقه، وهي تصر على أنَّ ذلك (لأنَّهم يستقلون به ولا يعتبرونه رجلاً، وإنه المفروض ياخد الفضلة بتاعتهم، وقال الكبير بيقول له هانسقيلك السقف حاجة عازلة، وأنا اللي هاركب لك التكييفات بتاعتها، وهانعمل فوقها روف نتجمع فيه).

وكانت إشكاليتُها (إنها هاتكون هي اللي بتخدم، يعني مادامت هي الشقة القريبة من الروف مثلاً).

تريد أن يتمَّ طلاقُها لأنَّها لا تراه رجلاً، ولأنَّه وافق على قَبول هذه الشقة وأن تكون المكان الذي ينزلون فيه حينما يذهبون إجازة للبلد، وشعورها به حتى في العلاقة الزوجية أصبح شعورًا سلبيًّا يجعلها لا تحبُّ الجماع معه لأنَّه في نظرِها ليس رجلاً!

حين راجعتُ مع السيدةِ بدايةَ ارتباطهم قالت إنها كانت تعرف نمط عائلتهم، وكانت ترى ذلك وهم ساعدوه بدرجةٍ كبيرة في الزواج، لكن لم تكن تعرف أنَّ التفاصيلَ ستضايقُها هكذا، وكما ذكرت لك في بداية تناول هذا الموضوع، الزوج - حضر معها المرة الثانية - أصبح يخافُ كلَّ تجمع؛ لأنَّه يعني أنها ستأتي له بكلماتٍ سخيفة على أي موقف، وعليه أن يتابعَ عينَها حتى يعرف ما تريدُه.

وإن ركزت في هذا العلاقة جيدًا، ستجدُ بُعدًا نفسيًّا مهمًّا، أرجوك أن تفكِّرَ فيه أو بالأحرى (تتفكر) فيه وتتأمله. إن الزوجةَ هنا، أو في كل الحالات التي يكون الأمر فيها كذلك يحاول الآخَر

بصورة أو بأخرى أن ينقلَك مما يعتبره عبوديةً لك من أهلك إلى عبودية منك له، فتتحول من عبد - من وجهة نظرها - لدى أهلك الذين يحرِّكونك ولا يعطونك حقوقَك، إلى عبدٍ لدى الشَّريك الذي يحاولُ أن يُفهمَك أنك إن استمعت إلى (كلامه هو) ستكون رابحًا ولك شخصية، ويراكَ النَّاسُ عظيمًا، تمامًا كالشيطان الذي وعد أبانا آدم بالتحرُّرِ من العبودية والحصول على الخلود لو استمع لكلامه، فتحول الكثيرُ منَّا إلى عبدةٍ للشيطان هذا ولم يتحرر.

والأهمُّ من ذلك والأسخف هو حالة التشكيك في قدراتِك التي يُخلفُها الآخَر في نفسِك كي يُريَك ما يفعلُه أهلُك فيك، وسامحوني على الإطالةِ هنا، سأضع حالةً ثانية توضِّحُ حالةَ التشكيك في قدرة الآخَر، قال:

"مراتي يا دكتورة مع أهلها عبارة عن صنم، والله العظيم صنم بمعنى الكلمة، يعني هي بتشغل كذا، في بقى أذكى من كده المفروض ولا إيه؟! في حد بيشتغل المهنة ديه وهو غبي؟! هي بتتحول لحد في قدراته أقل من - عذرًا يعني مش طبقية ولا حاجة - الست اللي

بتيجي تنضف معاها البيت، أخواتها بيلعبوا بيها الكورة، أبقى قايل لها أو ملمح لها عشان ما أجرحهاش إن الشاليه بتاعنا مش عاوزين نستهلكه؛ لإنك لما بتروحي الشاليه مرتين تلاتة في السنة غير لما تروحيه 5 ولا 6، مش كده ولا إيه؟ يعني استهلاك السباكة، اللمض، المكونات كلها، وأنا راجل بعترف إني بحب أحافظ على حاجتي، حتى لو كانوا بيعزمونا لما يروحوا الشاليه بتاعهم بس بردو، المهم منبه وباين، وأجي مرة من الشغل تقولي أصل أختي أحرجتني جوزها جه من السفر وإتصلت بقى قالتلي أستأذنك يروحوا الشالية، شوفي سوري يا دكتورة في اللي هاقوله قال يستأذنوني، حاجة أخر صياعة، يستأذنوني ليه ما أنا ببين إني متضايق وهمه معانا يبقى الناس تخلِّي عندها دم، أقول لها: قولتي لها إيه؟ تقولي: قلت لها الشاليه شاليهك هاقول لها إيه يعني، تقولي لها: جوزي مش عاوز، ده مش شاليه أبويا، قولي لها المرة اللي فاتت لما جيتوا عندنا فيه لمبتين باظوا، ورحت اشتريت اللمبة من هناك؛ عشان هي نسيت تاخد من هنا جبت اللمبة ب 20 جنية بدل 12 جنية من الجملة اللي بجيبها من المصنع هنا كل سنة بروح أجيب اتناشرات عشان أريح دماغي، تحسيها مسحووورة.

واحدة غسالتها باظت اتنيلت على عينها سكنت معانا في نفس الحي، جايبة لنا اللبس مرتين في أسبوع واحد عشان يتغسل عندنا، بردو: قولتي لها إيه، تقولي: هاقول لها إيه يعني، هي جابتهم وجابت المسحوق وحلفت يمين أخده، حركة صايعة تاني أهيه يا دكتورة هي الغسلة مسحوق بس؟

حضرتك ست وعارفة الغسلة ديه استهلاك للغسالة اللي ولادك بيها أولى، كهرباء اللي بقيت زي الطين في أسعارها، استهلاك مية استهلاك حتى إنها مشغولة عننا عشان فيه حط غسيل وتطليعه ونشر، والله أعلم جايز بتطبقه للهانم كمان، والوقت ده أنا وولادي أولى بيه، تقوم مأوأة وتسمعي كلام في منتهى الغباء بقى تحسي إنك متجوزة ست بنص عقل والله، أنا شاكك في الشهادة، تقولك إيه بقى ساعة أخته ديه؟ أنا هادفع ربع فاتورة الكهربا الشهر ده وربع المية وشوف عاوز إيه تاني؟ عاوز إيه تاني؟ أنا طبعًا الحاجات ديه هماني بس فكرة بقى إنهم يستغفلوكي؟ فكرة الوقت اللي راح من العيال؟ غسلة زي ديه ما تاخدلهاش ساعة حط ونشر ولم؟ أنا طبعًا

مش عشان الفلوس، بس عشان أقرصها يمكن تفهم، خدت منها نص فاتورة الكهربا، ونص المية، وفضلت معنفها يومين".

وبعيدًا عن (بخل) الرجل الواضح، والذي يبدو من أشياء أخرى، منها حديثه عن (إنها بيتبقى أكل من عزومات أهلها لما بيعزموهم، بتتكسف تقول لأمها: هاتيلي حبة أخدهم البيت بكرة ناكلهم بدل ما أقف أعمل أكل، مش عشان الفلوس)، لكن واضح جدًّا من الحالة التي ذكرتها لك أنَّ الشخصَ في هذه الحالة يقلِّلُ من قُدرات الشَّريك، أو يشعره أنَّ أهلَه يقلِّلون منه و(يستغبونه)، ويأخذون منه أكثر من حقِّهم لطيبته، أو لأنَّهم أكثر ذكاءً منه، أو لأنَّه خجولٌ معهم وهم يستغلون ذلك.

حاولوا أن تكتشفوا هذا الشخص من البداية، وصِّلوا له أنَّ أهلَكم عالم له طريقته في التعامل لا يخضع للميزان، وأننا سنعطي فيه كلَّ ما في الوُسع دون ظلمٍ للشريك، أخبروهم بصورةٍ واضحة أنَّ الزواج لا يعني الانفصالَ الكامل، ولكن يعني تنظيم الحياة وَفْقًا لـ(فقه الأولويات)، حدِّثوهم أنكم تفهمون جيدًا ما قد يتطلبُه الأهلُ

من أمورٍ قد يراها مبالغة، لكنك تستهدفُ منها رضا الله، أو أنَّ هناك مبررًا من هذا العطاء أنت تعِيه ولا تفعله وأنت مغشيٌّ عليك.

شريطة طبعًا ألا يكون ذلك على حسابِ الشَّريك، أو يترتب عليه التقليلُ من قيمتِه أو قيمتها؛ لأنَّها زوجة الطيب أو زوج البارة بأهلها، سبحان من جعل حتى الدين مطلبه الأساسي التوسُّط، وأخبرنا أنه لا يشاد الدينُ أحدٌ إلا غلبه، كي لا نتطرف في أي شيء، ونضع حدودًا لا تظلم الآخَر، سواء بأخذ حقِّه، أو منحه أكثر من حقِّه، دون رده عن هذا الشكل من الظلم.

11 - غياب الاهتمامات المشتركة

خانقة تلك الحياة التي تعيشُ فيها مع إنسان ليس بينك وبينه لغةٌ مشتركة، جملة بينكما تحمل نفس المعنى ولو حضر ملايين البشر لما فكوا طلاسمَها لأنَّها بينكما، شيء مشترك تنتظرونه، فكرة حين يقرأها أحدُكما يعرف أنها من المؤكَّدِ حملت نفسَ المعنى لدى الآخَر.

ابتسامةٌ تأتيك حين ترى مشهدًا معينًا وتتصلُ به لأنك تريده أن يشاركَك فيها؛ لأنك تعلمُ أنها ستجلب له نفسَ شعورك الآن.

الاهتمامات المشتركة أو القواسم الثنائية التي تجعلُك (تأنس) بوجودِ الآخَر، تأنس به وليس مجرد أن تعيشَ معه، تستطيع أن تُجري معه حوارًا عن أمرٍ يهمكما معًا.

فمِن بين مساوئ الحياة الزوجية التي تقومُ على أشخاصٍ ليس بينهم قواسمُ مشتركة تلك الحالةُ من الصمت التي هي أشبه بالموت والركود، منها إلى الحياة والحركة، والفعل ورد الفعل.

إن لم تُعبئ من العالم الخارجي ما تستطيع؛ لأنَّ هناك شخصًا سترجع فتُسمعه ما رأيتَ أو سمعت أو ما حدث لك، وتجد لديه قدرةً على فهمِه، أو على الأقل ركنًا يدمجكما معًا أو يصهركما فلا تعرف تحديدًا هل كان هذا التعبير على لسانِه أم على لسانك؛ لأنكما تتذوقان الحالةَ بنفس المذاق، وبالتالي حين التعبير ليس مهمًّا مَنْ الذي قال: إنه عمل جميل، أو مَنْ الذي قام بتحليله.

يسخرُ البعضُ من جنون زوجين في انتظار مباراة كرة قدم، أو تعصبهما معًا لنادٍ أو توجه سياسي، أو فكري، بينما لا يعرف البعضُ أن هذه الأمور المشتركة وإن كنتَ تراها قليلةَ الأهمية، إلا أنها ذلك العكاز الذي تسيرُ عليه العلاقةُ حين تتعب الأقدامُ من حالةِ الصراع مع الحياة.

الفهم المشترك، الجُمل القريبة، القراءات المتقاربة، التوجه الواحد، المجال الثنائي، كلها أمورٌ لا يجب أن تستهينوا بها، ولا تغفلوها حين تختاروا أزواجًا وزوجات، فأحيانًا تصبح الحياةُ فقيرةً بطبيعتها، بمجريات الأمور فيها، بتعدد المسئوليات والشعور

بالضغط، ويبقى مجالٌ مُشتركٌ واحد هو الكفيل بأن يحرِّكَ التروسَ التي تقوم عليها العلاقة بأكملها، كنقطةِ الزيت الضرورية لتبقى (ماكينة) الحياة تتحرَّكُ دون توقف.

المشترك كما قلت قد يكون مجالاً من مجالاتِ الحياة، قد يكون اهتمامًا أو انتماءً، وأرجو ألا أفاجئك أنَّ هناك علاقاتٍ قائمة لأنَّ المشترك بينهما هو الميل الجنسي فقط، وهناك علاقات قائمة لأنَّ الزوجةَ تشاركُه منهجيةَ تفكيره، أو أنهما يميلان لجمعِ المال، أو رغبتهما في تربية أطفالهما بطريقة ما.

قال:

"مش عارف أبتدي منين، أرجع من الأول ولا أقول من الآخَر، أصلي أول مرة أروح لحد نفسي وعمري ما كنت متخيل طبعًا، لكن خليني أتعامل معاكي زي ما بتعامل مع الحياة كلها، هاتكلم بطريقتي وحضرتك لو عايزة حاجة مختلفة إبقي وقفيني".

أخذ حقيبتَه من على الطاولة أمامه، التي كان قد وضعها عليها حين دخل، أخرج منها (نوتة) من مكان، ثم أغلقه، ثم فتح مكانًا

آخر وأخرج قلمًا رصاصًا منتهيًا بممحاه - تنبَّهْ لهذه التفاصيل فهي مهمة بالنسبة لنا، فنحن حين نكبر نعتمدُ على الأقلام الجاف، وحين نخطئ نشطبُ بمنتهى البساطة، لكن يبدو أنه لا يعتمِدُ ذلك كمنهجٍ عقلي - أغلق حقيبتَه كلها وأعادها للطاولة، أخذ وضعًا مريحًا أكثر، ووضع قدميه فوق بعضهما، عدَّل (الكرافتة) التي يرتديها، ثم بدأ يستعدُّ للحديث:

"أنا حابب أقول كونكولوجن كده عن الوضع الحالي، وهاعملك فلاش باك بقى زي الأفلام، أنا حاليًا بفكر أطلق زوجتي، اللي هي بالمناسبة قمر، بنت ناس، طيبة، على خلق، أمممم، رغم إني كاتب بس بحاول أدور جوه دماغي لو في حاجة تاني لإن ده أنا كتبته في السكة والسواق جايبني على هنا، يعني دول تقريبًا أهم صفاتها، أأأه طبعًا العبادات، والالتزام نوعًا ما، لكن بمنتهى الاختصار والتحديد إحنا مفيش بينا أي حاجة مشتركة غير العلاقة الزوجية، واللي لا تعتبر مشتركة لإن زوجتي مالهاش فيها أي طلبات، فبالتالي حتى لما بتحصل بتكون اهتمامي أنا مش

هي كمان، أنا واصل إني عاوز انفصل أو أتجوز تاني وطبعًا قبل ما يتبادر لذهن حضرتك أنا معنديش ست تانية في حياتي، لكن بقول أخد الترند ده عشان أبتدي أخصص له وقت وتفكير وتخطيط، لكن الشخصية مش موجودة، ده اللي أنا واصل له دلوقتي، معنديش كلام كتير أقوله".

قلتُ:

- إتجوزتوا إزاي؟ ليه ما فحصتش ده قبل الجواز؟

قال:

"طبعًا معاكي حق في كلامك لكن أنا ما أغفلتش ده، بس هي كانت عاملة ليا إيحاء بإن التفكير والقراية والتركيز على العقل ده مجال مشترك، لكن بعد الجواز مالقتش ده خالص للأسف، مش بقول إنها تافهه، إطلاقًا كنت قتلتها مش طلقتها، لكن حقيقي ما عندناش لغة مشتركة، إحنا إتخطبنا عن طريق العيلتين، كنا في الساحل وشوفتها، كانت مختلفة مش طول الوقت دهانات ولبس وبتاع على البحر أو حتى لما إتقابلنا على البسين، العيلة كويسة

أوي أهم حاجة طبعًا كانت حماتي عشان عندي صحاب بيعانوا حياة وحشة أوي بسبب حمواتهم، الست مش متدخلة خالص، لطيفة، مثقفة، هارد ووركر، على فكرة أنا من خوفي تقريبًا من موضوع الحمى ده تقريبًا يعني قعدت مع حماتي فترة الخطوبة أكتر من خطيبتي، أنكل رجل أعمال بيتحرك كتير، من الناس اللي بيفرق معاهم درجة لون الشراب مع البنطلون، وماسكتك للشوكة والكلام ده فمش دماغي خالص وإن كان نايس حاجة تشرف، لكن يعني اتخطبنا بعد كام زيارة عائلية، وكانت الخطوبة فيري شوورت، بس بندم على ده دلوقتي، بنقعد نتفرج مع بعض هي متأففة، ممكن تسيبني في وسط فيلم أنا مهتم جدًّا نشوفه مع بعض وتقوم لأي سبب.

ممكن أكون على الطيارة قريت كتاب وطول السفرية فراجع أحكي بقى، وحاطط خطوط تحت شوية حاجات، فألاقي عدم اهتمام، وبسرعة تقولي: مش ده اللي كانت المجلة الفلانية قالت إنه بيتكلم عن كذا؟ وخلاص أنا إنطفيت.

أيووووة يا دكتورة كنت بفكر أقولك إيه الكلمة اللي تعبر عن اللي بعيشه، بحس إني (مطفي) عارفة موجود عايش لكن مطفي؟ مراتي يا دكتورة ولا مرة فكرت تغير روتينها وتسهر معايا مرة رغم إن إحنا مأجلين الخلفة، وعندنا إتنين بيساعدوها في البيت، واحدة أساسية وواحدة أجنبية بتيجي في العزومات!

بس مراتي لازم 11 تكون في السرير، لازم عشرة تكون في الأوضة عشان تاخد شوية مكسرات عشان النضارة، بعدد معين طبعًا، وبعدين وراهم مياة، وبعدين تدخل الحمام اللي في الغرفة تشيل كل الحاجات اللي على وشها عشان الوش يتنفس وهي نايمة، وبعدين تبوسني وتسألني لو عايز حاجة، والمضحك في الموضوع إنها عمرها ما انتظرت الرد، وتعزل عنيها عن الإضاءة في الأوضة وتنام في سلام.

أنا عايز حد أتونس بيه، على كلمة قرأتها ليكي في مقال كنتي بتقولي: الجواز لازم يكون فيه ونس، دكتورة هو غلط لو كنت عاوز أحكي في بيتي؟ عاوز أبقى رغاي؟ أنا شغلتي كلام، وبحقق منه

نجاحي، فنفسي أتكلم في البيت في موضوعاتِ مختلفة وزوجتي تسمع، نفسي أقول لها حركة آخر بِيعة إزاي رغم إنها ماكنتش هاتَّم، أول ما أبتدي تقولي: أنا عارفة جوزي حبيبي أنا مش متجوزة أي حد، طب أنا أقول فين؟ كنت بتصل بحماتي تصوري، وتقعد تقولي: لا إنت هاتضحك عليا إنت إرتحت من السفر يالا تعالى واقعد أحكيلي، وتلاقي السيدة الكبيرة الليدي ديه قاعدة تتنح شوية، تعمل إنفعالات بوشها، قاعدة منتظرة الكلمة اللي هاقولها، تقعد تسأل في تفاصيل أخبار الرحلة، الطيارة المرة دي؟ الفندق؟

أنا بقى في البيت مفيييش، حاولت أروح حتى ليها، بس مالقتش إهتمامات أصلاً، وبالتالي أنا حقيقي مش عارف أكمل، بس اللي موقفني حماتي، تقولي أصلها بنت واحدة، وكانت دايمًا طلباتها مُجابة، أصل عيلة أبوها راكدين، انتظر شوية بس".

وفي حالته، وحالة تلك المرأة التي قالت:

"أنا بحس في بيتي إني داخلة العشة خلاص، لازم نقفل كل الحياة، ونعيش إنسان آلي، يا دكتورة أنا مرة قعدت ظابطة تسجيل

على اللاب توب بيني وبين جوزي عشان أشوف اليوم اللي قلنا نقعد فيه مع بعض، التسجيل كان 3 ساعات وربع، فيهم جملتين واحدة كان في الحمام اللي في أوضتنا، ونده عليا قالي: (فلانة) إبقي فكريني أجيب معجون حلاقة، وأغير نوع كذا (ملابس داخلية).

والتانية لما بعدها بشوية قمت قلت له: أنا هاعمل شاي أعملك؟ رد قالي: مش عارف عاوز ولا لأ، عمومًا أعملي شربته أوك ما شربتهوش خلاص".

غياب الحوار كثيرًا ما يكون ناتجًا عن غياب الجوانب المشتركة، والاهتمامات المشتركة، إما أن تبحثوا عمن لديهم معكم اهتمامات مشتركة، أو توجِدونها إيجادًا يسمحُ لكم بتعاطيها خلال فترة حياتكما معًا.

12 - الشعور بالتنازل للزواج

من بين الأشياء التي تُعجِّل بالشعورِ بالإحباط الزوجي، ومن ثمة سوء العلاقة والحكم عليها بالفشل، أن يدخلَ أحدُ الزوجين العلاقة الزوجية وهو يشعر أنه (تنازل) لكي يتزوَّجَ هذا الشخص.

فالشخص الذي يرى نفسَه تنازل يظلُّ يطالبُ الآخَر (بفارق السعر)؛ لأنَّه قَبِلَ أن يدفعَ فيه أزيد مما يستحق.

والحقيقة أنَّ هذا الأمر - الشعور بالتنازل - لا يحدثُ في الفروقِ المالية أو المادية بين الزوجين فحسب، كما قد يتصوَّرُ البعض، ولكن حتى الدرجة الدينية إن جاز التعبير، قد يرى الآخَرُ أنه تنازل وتزوَّج مَنْ هي أقل منه دينًا، وتراه يتحدث عن ذلك بوصفِه ميزة له لم يطلب أن تتوفَّرَ في الطرف الآخَر بنفس الدرجة، وبالتالي عليه أن (يحمد الله)، ثم (يشكر الشريك) أنه قبل وتنازل

وأخذَه، وهنا عليه طبعًا ألا يفكِّرَ في تقييم الآخَر، أو التجرؤ بطلب أيِّ شيءٍ آخر.

لن أحكي قصةً بعينها - ربما لخوفي من الإطالة والحديث خاصة وأنَّ الكثيرين لم يصبحوا يحبون القراءة - لكني سأروي لك جملاً لا تضيع من ذاكرتي المهنية بل والإنسانية، ربما لفجاجتها، وربما لأنَّها تمثِّلُ ما أشرحه لك بمنتهى الدِّقة.

كانت تقول على زوجِها الذي بدأ يطالبها بمحاولةِ ضبط مواعيدها في العمل؛ لأنَّها تدخل إلى المنطقة في وقتٍ متأخر:

"والله أنا عذراه، ما هي غلطتي أنا إني وافقت أتجوز في منطقة زي كده، الناس أصلاً بتفكر إن ليها سلطة تبص عليكي إنتي راجعة الساعة كام، أنا في بيت أهلي عمر ما يهمني برجع الساعة كام، لإن اللي في المنطقة كلهم راقيين وعارفين إن لكل واحد دوره في الحياة، وإن المرأة زيها زي الراجل، بس سيبك يا دكتورة أنا بدفع تمن غلطتي، وكتير ناس قالولي يا بنتي الموضوع مش مسألة كلنا ولاد تسعة والهبل ده".

وقال شخص آخر:

"يا دكتوووورة ده مفيييش فهم للأصول، أمها بتتصل تعزمني مش أبوها، ولما أقول لها: يا بنتي عيب، تقولي: ماما بتعتبرك ابنها، وكلام مالهوش لزمة، يعني الواحد قِبِلْ مستوى تدين ما يعلم به إلا ربنا، وقلنا مش مشكلة، اللهم اجعلنا سبب هجرة لها من حياتها الأولى لحياتها الجديدة التي تقومُ على ما يرضي الله، وتحملت إن أنا واخد واحدة كإني بقول لها أساسيات دينها والإسم مختمرة وبتصلي، في الآخِر ألاقي مفيش أصول كمان، وقاعدة تقولي وتحاورني: إن البيت بيندخل من الست، وإن أمها ما غلطتش إنها تتصل عليا هي تعزمني".

وقالت ثالثة:

"بصراحة يا دكتورة أنا شايفة إن مشكلتنا مع بعض هتبقى هي هياها، يعني أنا من البداية تنازلت عن حلمي، كنت محددة إني أتجوز يا دكتور يا مهندس، مش بقول إن الباقيين وحشين في ناس بتكره الدكاترة عشان بيفضل طول عمره يذاكر، والسهر

والنبطشيات، بس عشان حاجات مهمة في حياتي كانوا حقيقي دول الأنسب بالنسبة لي، لكن لما إبتديت أكبر وكل اللي جاي كده قلت مش مشكلة يمكن نِقَدَر، يقوم هو اللي يتمنظر عليا بإن عيلته فيها مش عارف اللي بيشتغل إيه واللي بيشتغل إيه؟!

طب بص أنا أصلاً إتنازلت فيك إنت عن إيه، طبعًا لما بفكره بيقطم بس حاجة سخيفة يعني".

خطورة شعور أحد الزوجين بالتنازل أنه لن (يزنك) بما يجب أبدًا، لأنَّه كما قلت لك في بداية تناول هذه النقطة (هو دخل معك العلاقة وأنت خسران - من وجهة نظره - اتنين صفر)، وبالتالي مهما حقَّقتَ من نصرٍ فالبدايةُ هزيمة.

اسمح لي أن أكتبَ لك ما أقوله لأبناء عائلتي حين يتحدثون عن الزواج - بالطبع مقلدةً أمي على اختلاف أولويات كلٍّ منَّا - فما كان يعنيني أن أخبرَه للشباب المقبلين على الزواج يتلخَّصُ في:

"تزوَّج شخصًا يفرح بك كما أنت، شخصًا يتقبلك وهو مُدرك لعيوبك ويعرفها جيدًا ويختارُك اختيارًا واعيًا ليس فيه مرآة الحب

العامية، لكن فيه مرآة الحب التي ترى أدقَّ تفاصيل العيوب، لكن تمررُها لأنَّها منك، لأنَّها نكهتك الخاصة التي يجبُ أن تأخذَها على بعضِها، بأوجه قصورِها، بنقصٍ فيك ربما لو اكتمل لما كنتَ أنت، يتقبل حتى مساحاتِ التغيُّر المحتمَلة، بدايةً من احتمالية أن تتحوَّلَ إلى شخصٍ مربع، عبارة عن دائرة كِرْش وحولها شخص، ونهايةً بقعيدٍ ربما تُحركُك أو تحركُها، لكن أنفسكم معًا تكفي كل منكما العوز لأي شيء في الحياة".

13 - الملل

إنَّ ما يجب أن تعرفَه بل وتقرُّ به أنَّ أساس الحياة (التغير) وليس الثبات، وأنَّ أحدَ أهم أعداء الإنسان في حياتِه هو (الملل)، الذي يؤدي إلى نتيجةٍ قريبة من التَّعَب، ولكنَّ تأثيرَه يستمرُّ لفترةٍ أطول.

فحينما قاموا بدراسة الفُروق بين تأثيرِ التعب والملل على الإنتاجِ الإنساني، وجدوا أنَّ الملل يُحدثُ نفسَ التأثير، ولكن يميِّزُه أمران ويجعلانه أسوأ من التعب في تأثيره على قدرات الإنسان؛ وهما:

1 - أنَّ التعب يحتاجُ إلى فترة راحة ثم يعودُ الإنسانُ لقدرته على العمل والإنتاج والحياة، بينما ذلك لا يحدثُ في الملل الذي ربما يحتاجُ أن تغيرَ وجهتَك، وليس مجرد أن توقفَ النَّشاط.

2 - أنَّ تأثيرَ التعب على قُدراتِ الإنسان يأخذُ حالةً متدرِّجة في الهبوط، فأنت تستطيعُ أن تحدَّ من عددِ أخطاء الشخص على آلة، أو قوة الأخطاء ومدى التعب الذي وصل له، فكلما تعب كلما زادت أخطاؤه، أمَّا المللُ فهو يُحدِث انخفاضًا ملحوظًا وقويًّا دون تدرُّج، يؤدِّي إلى وقفِ العملية الإنتاجية أو القدرات التي تعتمدُ عليها مرةً واحدًة.

ومن هنا فالملل تأثيرُه أخطر، وأعمق، وأكثر استمرارًا، ويحتاجُ إلى تغييرِ الإنسان لما يفعلُه.

وحينما يتسرَّبُ الملل إلى الحياةِ الزوجية، وهو ما تتعرَّضُ له كلُّ حياةٍ زوجية تقريبًا، ولا يتم مكافحته بواسطة الطرفين معًا - فإنه يأكلُ حياتَهما، ويجعلهما كممثل رديء يؤدِّي دورًا مؤقتًا حتى يحضر البطلُ الحقيقي للدور.

ويظل من بين أهمِّ مواجهات الملل التي يجبُ أن يعيَها الزوجان ما أرى أن أضعَه في نقاطٍ؛ لأنَّ السؤالَ دائمًا فحواه: (طب نعمل ده إزاي؟)، والإجابة في النقاطِ التالية:

1 - لا تضعا لأنفسِكما صورةً محددة يجبُ أن تكونوا عليها، فالإنسان السوي حكيمٌ رزين يتحرَّكُ باعتدال في الحياةِ العادية، لكن رزانته تكون جانبًا سلبيًّا لو دخل محطةَ القطار - التي يلتزمُ بعمل بناء عليها - متأخرًا ولم يجرِ حتى يلحقَ به لأنَّه (رزين)!

2 - التجديد يحتاجُ مراجعةً دورية لطريقتنا في العيش معًا، مراجعة ما اعتدت عليه حتى أصبح يقلِّل الشَّغَف، وحين يقلُّ الشغفُ فإنَّ الملل هو الضيفُ المقيم في مراحلَ تالية.

3 - يجب مراجعة الشَّريك كلَّ فترة، فلا أحد يبقى بنفس الاهتمامات، فمن كان يميلُ إلى البيتِ ربما أصبح يميل إلى أن يرى إضاءاتِ الشارع حتى دون هدف، فبدلاً من لومه وسؤاله: (وده من إمتى؟!)، لا مانع من مشاركتِه، فربما توصَّلَ إلى ضرورةِ أن يُغيِّرَ من نفسِه.

4 - لا داعي من التعليقاتِ السلبية على أي تغيرٍ يقومُ به الشَّريك، وفي المرات الأولى له التي يخلع فيها عنه جزءًا من شخصيتِه

لا تعلِّقْ حتى لو كان لا يعجبُك، انتظر حتى يبدأ لونُ شعرِها في التغيير أو بعد أن تفرحَ به لفترة، ثم ذكِّرها بإنَّ (أيضًا) اللون الفلاني يليقُ عليها، وبما أنها شجاعة وغيَّرَتْ، عليها أن تحاولَ مع هذا اللون المرة القادمة وأنك سوف تتفاجأ، ففي ذلك مشاركة ومداعبة، واسمح لها بأن تسعى في هذه الجوانب، فربما فعلت يومًا ما ينقذُكما من الملل.

5 – الحوار بينكما ليس أمرًا تكميليًّا، ولكنه فعلاً أساسيًّا يسمحُ لكلٍّ منكما أن يرى أين الآخَر، ويجب أن تتعلَّما أيًّا كانت مرحلتُكما العمرية كيف يكون الحوارُ فعَّالاً؟ دون أن ندخل في عيوبِه: من خناق، أو شعور بقهر الآخَر، أو تقليل من رأيه، أو اعتباره بابًا من أبوابِ الخلاف، حتى تكرهانِه.

6 – تغيير شكل البيت، طريقة الحركة فيه حتى لو كان بنفس مكوناتِه، يستدعي طاقة تعودُ جديدة تكسرُ الملل.

7 – لا تتعامل مع الشَّريك باعتباره مضمونًا مهمًّا قدَّمتْ أو توقَّفَتْ عن تقديمِ شيء، وهي المنهجية التي تتهمُّ بها

النساء في العادة - رغم أنَّ الرجال ليسوا بعيدين عنها - إنها تتعامل مع الرجل بوصفه أكل الحلاوة وانتهى الأمر، وما الباقي سوى بقية الكيس الذي يجبُ أن يكملَه؛ لأنَّ الكلَّ يحذِّرُه من أن (حرام نرمي بقية النعمة)، وبالطبع لو راجعتَ الحالاتِ حولَك ستجدُ أنَّ الاثنين معًا يفعلان ذلك، لكننا مباركون أكثر حين نلعن المرأة! ولكي تدركَ ذلك اسأل زميلك الرجل الذي يشكو من أنَّ زوجتَه لم تشترِ قميصًا جديدًا للنوم منذ عام: كم مرة فكَّرَ يُهذِّبُ لحيته قبل أن يجلسَ معها في لقاءٍ ناعم بدون الأولاد؟ فلربما شعرتْ أنَّ هناك شيئًا حدث خصيصًا لها فتتنازل عن الغيابِ الحاد، والانشغال التَّام، والتأفف الدائم من كلِّ ما يتعلَّقُ بالبيت، كم مرة جلست مرخيًّا لها ذراعَك في اختلاف جذري عن الوضعِ الذي فيه تسند أنت عليها لتشاهدَ التلفاز، أو تحكي لها ما حدث؟ أعتقد أنَّ الأمر ينال كليهما.

ربما تكون من النقاط التي نتفقُ عليها جميعًا هي تلك النقطة التي تتعلَّقُ بالتأثيرِ السلبي للملل على الحياةِ الزوجية، وأنَّ محاربتَها أصبحت ضرورةً ملحَّة، حتى لا تتحوَّل البيوتُ إلى مناظر خالية من الحياة، بيوت باردة كتلك البيوت الأوروبية التي كنَّا نرسمها في صغرِنا لسهولتها، وندعي جمالها على الرغم من أننا نعلَمُ أنه نتيجة للبرودة المحيطة بها قد تكون غير دافئة.

وأنهي معك حديثي عن الملل والروتين الذي يقتل الحياةَ بقول الكاتب الرائع (باولو كويهليو) حين يقول:

"إنْ كنت تعتقدُ بأنَّ المغامرة خطرة، فجرِّب الروتين، فهو قاتل".

14- وسائل التواصل الحديثة

إن سألتَ أيَّ متخصص في رصد حركة المجتمعات، وما يترتَّبُ على تغيراتها الاقتصادية والعلمية والتكنولوجية من آثار اجتماعية - فلن تجدَ أكثر من تلك الدراسات والأُطروحات التي تحدثت عن تأثيرِ التقدُّم التكنولوجي ووسائل الاتصال على الحياةِ الاجتماعية بصورةٍ سلبية إلى حدٍّ كبير.

فبالرغم من المكاسبِ المتعلِّقة بالوقت، والتكلفة، واليُسر الذي تُخلفُه وسائلُ التواصل الحديثة من: موبايلات، وإنترنت، وشبكات تواصل اجتماعي عبره من فيسبوك أو تويتر، أو ما شابه، إلا أنَّ استخدام المجتمعات العربية لها جعلها تُخلف لنا مشكلاتٍ نراها ونلمسها في مجالِ عملنا، حتى أننا نذهب في بعضِ الأحيان إلى لعنِها، وتمنِّي لو لم تكن موجودة، نعم إلى هذا الحد.

فمن مخلفاتِ هذا الزَّحف للعالم الافتراضي عبر وسائل الاتصال، أننا فقدنا تواصلَنا بالعالم الواقعي، بعُدْنا وتباعدنا عن بعضِنا البعض، وأصبح معدلُ الاغتراب يفوقُ معدَّلَ الغربة بالتواجد في مكانٍ آخر.

ففي إحدى الدول الخليجية التي سافرتُ إليها لعقدِ بعض الدورات التدريبية هناك، أقسَمَتْ لي سيدةٌ أنها لم تتحدث لابنِها صوتيًّا منذ ما يزيد عن أسبوع، رغم أنَّ إخوته مسافرون لتكملةِ الدراسة أو للعملِ بالخارج، ولا يبقى إلا هو وهي وأخت له صغيرة، قالت السيدة:

"هو بيكون فوق، بس يكتبلي ع الواتس أب:

- أمي الغدا جاهز؟

برد:

- أي جاهز الحين.

ثم يجلس دقيقتين ويكتب لها أيضًا:

- أمي الأكل برد شوي؟

ترد:

- أي برد يالا أنزل".

تقول إنه ينزلُ وفي يدِه (تليفونه)، والسماعة في أذنه، وفي أحسن الأحوال يُقبل رأسَها ويصعد لغرفتِه بالقسم العلوي، ويطلبُ أن تأتيَه الفاكهةُ أو أي شيء آخر إلى غرفتِه.

لن أخفيكم سرًّا كان هذا الأمر منذ عدة سنوات، ووقتها كأيِّ شخصٍ يميلُ إلى إبعادِ عينه عن المشكلة، قلت في نفسي إنَّ هذا حال الخليج، وكرَّرْتُ على نفسي عددَ الكلمات المحفوظة، والتي يجب أن نعيدَ فحصها مرة أخرى، حول أننا في مصر حميميين مع بعضنا أكثر، أو أنَّ ثقافةَ الخليج ونتيجة للسعة المالية لا يهتمُّون بباقي الأمور، لكن ما هي إلا سنوات قليلة للغاية، وحينما أصبحت هذه الأدواتُ متوفرةً لنا، إلا وجاءتني أمٌّ مصرية تقول:

"والله يا دكتورة أنا بيوحشني شكلُهم، كل واحد حاطط وشه في البتاع اللي في إيدِه بس الإسم قاعدين مع بعض".

ولأنَّ أيَّ حجر مهما كان صغرُه يتمُّ رميُه في مياه الحاجات الاجتماعية يحرِّكُ موجاتها معًا كما علمتنا (أبلة فضيلة) في أحد قصصها، فإنَّ تأثير هذه الوسائل جاء على الحياةِ الزوجية أيضًا، وظهرت آثارُه في انشغال كلِّ طرفٍ بعالَمِه الخاص به على الإنترنت، هذا العالم الافتراضي الذي يعيشُ فيه الشخصية التي يحبُّها، يأخذ دور البطولة أو حتى دور الضحية لكن في فيلمٍ من تأليفِه وتمثيله وإخراجه وإنتاجه طبعًا.

فتجدُ عالَم (الخلــسة) هذا يأخذُ الأشخاصَ الكبار كشاشةِ السينما التي يراها شخصٌ لأول مرة، أو منظر ماجدة في (الندَّاهة)، والذي تشعرُ فيه أنَّ الشخص قد فقَدَ اتصالَه بكلِّ شيء خارج هذه الشاشة التي لا تعرِفُ هل هو معجبٌ بها، أم أنها صنيعته التي أصبح يعبدُها؟ مثلما فعل نرجس في قصتِه الشهيرة والتي كانت السبب في تسميةِ كلِّ شخص يحبُّ نفسَه بأنه (نرجسي)؛ لأنَّ نرجس حينما قال له الناس: إنه جميل ذهب ليجلسَ على البحر ليرى انعكاس صورته فيه حتى مات من شدة إعجابه، أو من بقائه أمامها.

المشكلةُ أنَّنا في الحياةِ الزوجية نداوي الخطأ بخطأ، ونتعامَلُ بمبدأ (البادي يبقى يحصلني)، فإذا ما وجد أحدُ الزوجين الطرفَ الآخَر منصرفًا للإنترنت، لا يسعى إلى جذبِه للحياة، أو التوصل إلى حياةٍ مشتركة حتى لو كانت عبر شبكات التواصُل الاجتماعي، لا إطلاقًا، بل يكون ردُّ فعلِه أن يدخلَ هو لهذا العالم حتى يلهي نفسَه عنه، ثم نصبح أمام عاجزين، كفيف وأصم، هذا ينادي على هذا ليسحبَه وهو لا يسمعُه، وهذا يشيرُ لهذا بيدِه ولكنه لا يراه.

أمَّا الجانبُ الآخَر فهو ما تناولته من ظهور (الخفافيش)، فمواقعُ التواصل الاجتماعي أشبهُ بسوقٍ ليس له صاحب، كلُّ شخص يفعلُ فيه ما يشاء، وقوانين السوق أنك إن مددت يدَك على قطعةٍ فقد اشتريتها، وعليك أن (تدفع) ثمنَها كلَّها، من مشاعر يمكن أن تقعَ فيها دون أن تدري، ثم تظلُّ تبكي كيف ومتى وأنا الذي والذين؟! أو تقع في شخصٍ يسلبك حياتَك؛ بأن ينقلَ لك عالمًا لا يشبه عالمك حتى يسممه عليك، وما أن تطلبَ منه أن يساعدَك في أن تعيشَ مثله، يقول لك: إني أخاف الله ربَّ العالمين.

عالم شديد القسوة، وحش لا يوقفُه إلا (وعـــيٌّ) بأننا جميعًا في حرب، إذا اتفقنا أنَّ الزواجَ جعلنا جيشًا واحدًا كل منَّا على سلاح، وتفهمنا أنها فتنةٌ شديدة كلُّنا معرَّضون لها مهما كانت قدرتنا، سنسعى لحماية ظهر بعضنا البعض؛ حتى لا يأتي مَنْ يضربُنا دون أن نراه، مَنْ يهدمُ تلك المؤسسةَ التي من المفترض أنها تحوي نصفَك الآخَر، الذي هو ليس ملكك بالمناسبة، لكنه نصفك الذي اخترت أن تكونَ معه، لا أن تكونَ عليه حين يخطئ، وكأنك ربٌّ لا يقبَلُ الخطأ، وتريد أشخاصًا بأجنحة يركنونها أسفلَ المنزل ويصعدون لك بروحها.

الإنترنت والموبايلات، الصور والحكايات، هذا العالم (المستحمي) فيه كلُّ الناس، الذين يتحدثون جميعًا فيه عن القيمِ حتى تظلَّ في ذهولٍ تسأل: (أومال مين اللي مسودين عيشتنا على الأرض؟!)، كلُّها أمور تأخذ أيَّ شخص، فلا تستكثر على شريكِك أن يهِن، أو يقع، أو يصيبه بردٌ من هذا الفضاء، يجب أن تكونَ له ذلك المضاد الذي يعينُه على أن يستعيدَ عافيتَه، لا أن تُكمل عليه

بمزيدٍ من الصداع، وربما تلك الجلطة الناتجة عن أن تخبرَه بأنه مثل الأطفال سحبوه ثم ضحكوا عليه.

قاوموا هذه الحالةَ من (البحبوحة) التي يضعُها هذا العالَمُ علينا، وشعورنا بأننا متعايشون مع بعضنا رغم بُعد المسافات، وأنَّ (اللايك) تعني اهتمامًا لرجلٍ نامت عنه زوجتُه، ولم تلحظ أنَّ ملامحه اليوم مختلفة، أو (كومنت) فيه إعجاب بكلمةٍ لامرأة بات زوجُها يلعنُ الزواجَ ليلَ نهار، ويسخر من الخشونةِ التي أصبحت عليها.

في الفتــن، لابد أن نزيدَ من تشبيك أيادينا؛ لأنَّنا حينما قرَّرنا أن ننام في سريرٍ واحد، نأكل نفسَ الطعام، ونعيش نفس المصير، لم يكن اتفاقنا أن مَنْ يقع منا يُرمَى، ثم نأتي بغيرِه أو نعيده لأهله بفضيحة: (أصله أفل وأنا لا أحب الأفلين).

15 - الإهمال ونقص الاهتمام

(القاتل الصامت)

أعتبره القاتلَ الصامت دون منافس، فالإهمالُ في العلاقات هو الحالة التي تقومُ أنت فيها بتربيةِ ثعبان أملس لامع، يتحرَّك حولك دون أن تدريَ، حتى تحدث المفاجأةُ بلدغةٍ بعدَها الموت.

فالإنسانُ يظلُّ طيلة حياته، وفي كلِّ أنواع العلاقات: زواج، صداقة، عمل، يبحث عن (فردوية) أو (تفرد) يعيشُه في آخر، مرآة يرى نفسَه فيها بمنتهى الدِّقة، (جزر) الذي يخرجُ له في كلِّ أزمة دون اعتبارٍ للزمان والمكان حينما فقط يقول: (جزر).

هذا الشخص وهذه العلاقة مطلب حياة أو موت، نعيشُ حياتَنا بأكملها بحثًا عنه، ثم نسكنُ إليه دون قراءة حتى للشُّروط؛ لأننا وجدنا المهبطَ الغائب، وجدنا الجنةَ التي فيها كل شيء متاح، فيها

كل صور الحياة في هؤلاءِ الأشخاص، الذي يؤجلون ما يعانونه لأنَّك أولى، يؤجِّلون صراعَهم معك لأنَّك غير مستعد، يفهمون تغيرَ شكلِك قبل أن تدركَ أنت أنك في حالةٍ ليست على ما يُرام.

هذا هو (الاهتمام) الذي يقتله (الإهمال)، أو هو ربما مضادٌّ له في اللغة وفي الممارسة، فبمنتهى الأريحية والتحديد والوضوح أقول لك:

إنَّ غيابَ الاهتمام بين الزوجين ولو توافَرَ كلُّ شيء للحياة الزوجية، يؤدي إلى ظهورِ طرفٍ آخر، أو موت الحياة لدى أحدهما والدخول في (الذبول)، وهما النتيجتان الوحيدتان المتوقعتان دون غيرهما.

وهناك عوامل تحدثُ تؤدِّي إلى نقص الاهتمام، والإهمال، ترجع إلى:

1 - الجري في الحياة لتحصيل أمورٍ أزيد، أو حتى لاعتقادِنا بأنَّ ما نأتي به ماديًّا هو الأهم، ثم نجد أنَّنا وفَّرْنا كل ما هو مادي، ولا زال الشَّريك يموتُ، أو ما أن يخلو إلى نفسِه حتى يبكي حظَّه العَثِر بأنه ينقصُه الكثير.

2 – عدم الاهتمام بالتفاصيلِ الخاصة بالشَّريك، ونظلُّ نُصغِّر في الأمورِ، حتى تصبحَ كلُّ أمورِ الطرف الآخَر تفاصيل لا تتسع الحياة للاهتمام بها، فقد قالت لي زوجة لطيفة مصرة أن تأخذَ الحياةَ مأخذ الهزل لتكذب على نفسِها وتمرر الأيام:

"شايفة ديه يا دكتورة؟".

نظرتُ على ذقنِها فوجدت علامةً.

قالت:

"ديه خياطة إتخبطت في الشغل في دقني، واحدة صاحبتي بتدبس حاجة بالدباسات بتاعت المكاتب الكبيرة ديه، نطرت منها إتفتحت في دقني وأخدت أربع غرز، جوزي شافها بعد خمس تيام لما جت ليلة الخميس لامؤاخذة، وبيقولي في حاجة خشنة كده قلت له معلش نسيت أحلق دقني هههhe".

وقس على ذلك من تفاصيل الجسم حتى تفاصيل الرُّوح والنفس، فقد قال لي رجل:

"أنا من الناس اللي بيجيلهم اكتئاب المواسم، الحقيقة بقالي 3 سنين متجوز، مراتي عمرها ما قعدت سألتني: هو إنت ليه حالتك كده؟ ولما سألتها قالت لي:

- مش بدقق أوي.

الشتاء مابيبقاش فيها فرصة نبص على غيرنا بنبقى ملهيين في السقعة، وبعدين مرة سألت نفسي بس قلت يمكن بتتخنق من الشتاء، قلت لها:

- حلو طب وليه ما سألتنيش؟

قالت:

- حسيت إنها حاجة خاصة بيك".

3 - الاعتيـاد، والاعتياد يؤدِّي إلى الملل الذي شرحناه، ثم يؤدي إلى الإهمال، ولو كان غيرَ متعمَّد، فلأنك حينما تعتادُ حجرتك ربما لا ترى التغيرات البسيطة فيها؛ لأنَّك لا تشغل ذهنك وقت دخولها، بل تدخلُها بأقل درجة انتباه ممكنة.

4 – انتظار عطاء الطرف الآخَر لمقابلته بالعطاء، وبالتالي إن تأخر الآخَر فلا شيء يتم أصلاً، حتى نعتادَ البُعد، نعتاد الإهمال.

5 – التـوقع السلبي، وهذه النقطة لأنَّها ذات بُعدٍ نفسي عميق أريدُ منك أن تركِّزَ معي، الإنسان يتم برمجتُه بما يُقال له عن نفسِه من الآخَرين أو توقعاتهم منه – نفسي أوصلها لكل أم وأب يقولون لابنهم: (إبقى قابلني لو نفعت)، والحقيقةُ أنَّ كثيرًا منهم لا ينفع بالفعل، ثم يطالبنا الوالدان بعملِ مقام لهم لأنَّهم تنبأوا، وهم لا يفهمون أنهم يستحقون العقوبةَ؛ لأنَّهم صنعوا الفشل له صناعة، ولم يتوقعوه – وبالتالي نحن أسرى توقعاتِ الآخَرين منَّا، ولذلك تجدُ الرجلَ لا يهتمُّ بالكثير من أمورِ زوجته؛ نتيجة لأنَّنا سواء على المستوى العام أو حتى الخاص، حبسناه في ذلك الكائنِ الطفيلي الذي يعيشُ ولا يعطي، ولا يُرجى منه خيرٌ.

والحقيقة أنَّ الكثيرَ من الرجال ممن لم يتم برمجتهم سلبيًّا بهذه الأنماط الجامدة، وحبسهم فيها، ليسوا كذلك.

إذن الإهمال في جزء منه يأتي حينما (نتوقعه) من الآخَر، فنكون كمن وجَّهْناه لاشعوريًّا، بأنه ليس مُنتظَرًا منه غير ذلك، فنجد منه ذلك فعلاً ثم نبكي.

ولأنَّ أكبر عدد من الأسئلة من النساء في القاعات، حينما أتناولُ هذه النقطة: وكيف نغيِّرُ ذلك؟ فسوف أضعُ بعضَ جوانب الإجابة هنا حتى لا أطيل:

1 – ضعي الآخَر في الخيرِ الذي تتوقعينه منه داخل ذهنك.

2 – ساعديه على فعلِه في أول الأمر، حتى تصبحَ عادة عقلية، كأن تذكِّريه بعيدِ زواجكما الذي تحوَّل إلى سرادق عزاء، تقفي قبله كل عام تنتظري الجثة وتتشحي بالسواد؛ لأنَّه (أكيد هينسى)، فهو طبعًا ينسى، فلا مانع من تذكيرِه بشكلٍ غير مباشر، وأرجوكِ تناسي وصيةَ الفنانة الجميلة نانسي عجرم، والتي تشيرُ فيها (بأن الأشياء التي تُطلب ما تتحسش)، أنتِ

تبنين حياةً مع رجلٍ ترغبين في أن تُخرجي منه ما يسعدُك معه، وليس ضابط المباحث الذي يريدُ أن يضيقَ الخناق عليه ليعترف أنه ينساكِ وأنَّ أمَّه أهم، وشغله، وأولاد أخته.

3 - اثني على كلِّ شيء بسيط يفعلُه تجاهك، احتضان بغير مناسبة، إحضار فاكهة في بدايةِ موسمها، مع تعبير بأنه ما إن وجده نزل لشرائه؛ لأنَّه يعلم أنك تُحبينه، سؤالك: مالك؟

أي شيء مهما كان بسيطًا؛ لأنَّ ذلك ما يُعرف بالتعلم بالتدعيم الإيجابي، (مش لازم نحرق إيده لما ما يعملش ممكن نطبطب أيضًا حينما يفعل).

4 - اكتبي عنه أو تحدثي عنه أو عبِّري عمَّا يحدث لكِ نتيجةَ ما يفعله، ففي ذلك صورةٌ جميلة، إن استطعت أن تجعليه يحبها عاش فيها وتحوَّل إليها، وهو ما ينجح فيه بعضُ النساء في الحقيقة، حتى أنَّ (السِّلْفة) أو(الأم) حينما يرينه يفعل ما استُحدث عليه، يمصمصن شفاههنَّ ويقولن: "سبحان مغير الأحوال"، أو كلمتين أخرتين من

نصيبك، لا يمثلون أي شيء في مقابلِ ما تحصُلِين عليه
من راحةٍ حقيقية لكِ وله.

ذكرتُ هذا للنساء لأنَّ معظمَ المتهِمين بالإهمال الرجال، وإن كان طبعًا يجوزُ استخدامه مع المرأة، لكن كي أكون أمينة، المرأةُ هي أساس العاطفة والعطاء، وإن لم يكن ذلك جزءًا طبيعيًّا في تكوينها، فإنَّ صناعة هذه الخطوات معها ستأتي بنتيجةٍ لكنَّها مُصطنعة، فالرجلُ الذي يُهمل ينقصُه المعرفة في معظم الأحوال، وحينما يؤهل لها بصورةٍ صحيحة يعطيها، أمَّا المرأةُ - ونسبتُها قليلة جدًّا - التي تُهمل ولا تعطي فإشكاليتُها قدرةٌ داخلية وتكوين جاف، وليس نقص معرفة، لكن في كلِّ الأحوال لا يمنع أبدًا من أن نجرِّب.

الاهتمام، هو ذلك الماء الذي نُحيي به زرعتنا في قلوب الآخَرين، هو تلك الحياةُ التي نهبها للآخَرِ ليأخذَ منها كلما يقلُّ عمرُه، أو يهتز أجلُه أمام صعوبات الحياة، وما أن يختفي ذلك حتى تكون أنت أول المتضرِّرين؛ لأنَّك في الحقيقةِ ستعيشُ مع شبح، الشَّكلُ شكلُ إنسان، والحركة اليومية حركة إنسان، لكن الرُّوح تقول: "ميت".

16 - غياب الاحترام

آثرتُ أن أضعَ هذه النقطة في آخر المؤلف تقديرًا وتعظيمًا لها، ولأنَّ هناك خلطًا كبيرًا فيما يتعلَّقُ بها في العلاقة الزوجية.

فالغريب أننا في الثقافةِ العربية نعتبرُ (الاحترام) فرْضًا في العلاقات الرسمية، ونعتبرُ أنَّ الحب - وحده - هو أساس العلاقات غير الرسمية، والحقيقة أنا لا أعرفُ من أين جاء هذا التصنيفُ الذي أصبح راسخًا ليصلَ الأمرُ للتهكم حينما يقول لك رجلٌ: إنَّ زوجته ترغبُ في أن يحترمَ مشاعرَها، أو رغباتها، أو عقلها!

وحين يتحدَّثُ أو تتحدث عن طلب الشَّريك للاحترام ترى على وجوهِهم ملامحَ مَن يحكي عن مجنونٍ، أو من بال في ماء زمزم وقت الحج وأتى ببهتانٍ عظيم! ليعبر عن سخفِ الفكرة أو نُقصان عقل مَنْ يُطالب بها.

ولعلَّ ذلك هو تفسير أنَّ أحدَ الزوجين يبحثُ عن آخر لا يمنحُه الحب، أو حنانًا أكثر من الشَّريك، ولكن يمنحه (الاحترام)، و(التقدير) يمنحُه تلك الحالةَ التي ترى فيها أنك (مُقدَّر) وأن ما تنتمي إليه، ما تقوله، ما تتخذه منهجٌ لك يُحترم من قِبَل الآخَر.

ولكن ما معنى الاحترام إذن؟

هل يعني الاحترام أن أقبلَ كلَّ ما تُريد القيام به كي أكون محترِمًا لك؟

هل يعني أن أسيرَ بناءً على أفكارِك كي أكون محترمًا عقلك؟

هل يعني أن أقبلَ كلَّ الممارسات لأنَّها تتعلَّقُ بما تعتنق من أفكار أو انتماء؟

أم ماذا يعني مفهوم الاحترام؟

ببساطة مفهومُ احترام الآخَر يعني: قَبوله على ما هو عليه، وإظهار التفهُّم له، وعدم السخرية منه أو التقليل من شأنه سواء كان فكرةً أو انتماءً أو توجهًا، مع محاولة الوصولِ إلى حلول تضمنُ ألا يؤثر هذا

الفكر أو الانتماء أو التوجه على الحياة الأسرية، أو يأتي على معتقداتِ الشَّريك وخطوطه الحمراء التي يضعُها لنفسِه، بحيث يكونُ الأساس احترام كلا الطرفين للآخر، مع الأخذِ في الاعتبار عدم تأثير أيٍّ من معتقداتِ الشخص أو أفكاره أو انتماءاته على الكيانِ المُكوَّن حديثًا المُسمى (الأسرة)، والذي يجبُ أن يكون هو الآخَر - ككيان - له احترامه، وما يستدعيه من بعضِ التنازل عن طريقةِ أو أسلوبِ كلٍّ من الشَّريكين في التعبيرِ عن انتمائه أو توجهه أو فكره أو غير ذلك.

ولأنَّ الموضوعَ كما ذكرتُ مُغفل بصورةٍ كبيرة أو على الأقل ينالُه خلط في الثقافةِ العربية، فسوف أنتقلُ بك إلى أمثلةٍ توضح لك ما أريدُ، وسأقسِّمه إلى قسمين لكلِّ موقف، الأوَّلُ ليس مطلوبًا منك، ولكنَّ الثاني مطلوبٌ منك:

المثال الأول:

1 - ليس مطلوبًا منك:

أن (تُنفذ) توجُّه زوجتِك وتتبعها فيما يتعلَّقُ برغبتها في الهروبِ من كلِّ التجمعات؛ لأنَّها لا تحبُّ الزيارات، أو ليست اجتماعية بما يكفي.

2 – لكنْ مطلوبٌ منك:

1 – أن تتفَّهمَ ذلك ولا تنتقده.

2 – تحاول فهم أساس هذا التوجه أو تتعرَّف على أسبابِ نقص تلك المهارة، ومساعدتها على تخطِّيها.

3 – التأكيد الدَّائم أنَّ ذلك ليس نقصًا، ولكن بصمتُها الشخصية، وليس مطلوبًا منَّا أن نكون جميعًا على درجةٍ اجتماعية واحدة.

4 – تحاول تأمين مخاوفِها أثناء التواجُد مع الآخَرين.

5 – تجنيبها التجمعات الكبرى، إمَّا بعدم الذهاب لها في بداية تعاملكما مع الأمر، أو مثلاً بالتواجد معها معظم الوقت وحثها على التحرُّكِ في وجودِك.

6 – الثناء على أي تقدم تُحرزُه مهما كان بسيطًا.

7 – مساعدتها أو حتى حمايتها من أي تعليقٍ سخيف من الآخَرين حول انطوائها أو انعزاليتها، والتعبير عن أنه موقفٌ أسري وأنَّ الظروف لا تسمح.

8 - لا مانع من الذهاب لبعضِ المناسبات بمفردِك إن كان ذلك سيؤثِّرَ على شكلكما وعلاقتكما معًا؛ بأن تعتبرَك تخليتَ عنها، أو تركتها وذهبت لمن هُم أهم.

هذه بعضُ الأمثلة وفي لقاءاتِ العصف الذهني في التدريب للمقبلين على الزواج نستمعُ منهم إلى خطواتٍ أخرى مبهرة، يُمكن بها أن نعبِّرَ عن احترامنا لموقف، أو منهجية الآخَر في الحياة، أو نقاط ضعفِه.

المثال الثاني:

1 - ليس مطلوبًا منك:

أن تتقبل قبولاً تامًّا، وبمنتهى الأريحية، كلَّ السلوكيات التي يعبر بها الزوجُ عن غَيرتِه، والتي قد تصلُ إلى منعك من الذهاب لعائلتك إلا بوجوده مثلاً، أو أن تضعي له على الموبايل - الموضة الجديدة - (اللوكيشن) الذي تحضرين فيه الآن، ولا أن تضعيه (سي سي) في كل إيميلات عملك، (في الفترةِ الأخيرة جاءني أكثرُ من زوج يطلبُ من زوجتِه ذلك)!

2 – لكنْ مطلوبٌ منك :

1 – أن تتوقفي عن أيِّ كلمةٍ مُعبرة عن أن ذلك ينبعُ من عدم ثقتِه في نفسه أو فيكِ.

2 – أن تعبري له عن تقديرِك لما يشعرُ به، وربما يرجع ذلك إلى حرصِه عليكِ، أو أنَّ البعضَ يسيء لثقة الزوج.

3 – أن تبدئي بفعلِ بعض الأشياء طواعيةً لو لم يطلبْ هو.

4 – أن تسعي لتحليلِ توجهه هذا لتعرفي منبتَه، هل نتيجةٌ لخبراتٍ سابقة صادمة لديه، أم صورةُ الأم عنده لم تكن على ما يُرام؟ كأن تكون الأم كانت متحكمة وهو يخافُ أن يكون نفس نموذج أبيه، أم أنه يراكِ كثيرةً عليه ويخشى أن تتركيه، أم أن له تاريخٌ من العلاقات دبَّ في قلبه الخوفُ من انتقام الله، أو حتى جعله يرى كلَّ النساء كمَنْ عرفهنَّ.

لأنَّ هذا التحليل سوف يجعلُك تعرفين طريقةَ التدخل السليمة، وهذا يأتي طبعًا من الحوارِ غير المتعمد، والبعيد عن الموضوع، وكأنه حوارٌ عامٌّ عن النساء وطبيعتهن، وهو سيبدع لا تقلقي لأنَّه

هو نفسه غير مرتاحٍ لما بداخلِه، فقط افتحي له بابًا لذلك.

5 - حاولي طمأنتَه ببعض التصرفات التي لا يراها، كأن يأتي لبيتِ أهلك فيجدك في حجرتك؛ لأنَّ أزواج بنات خالتك موجودون، وأنتِ سلمت عليهم ودخلت رغم عدم وجوده، طبعًا هذا حتى تتم الثقةُ، ويفهمُ أنَّ الوجودَ وسطهم بالملابس المناسبة والحديث بالطريقةِ المناسبة ليس خطرًا عليه ولا على وجودك معه، وليس إخلالاً بما يرغبُ فيه.

6 - اتباع التدرج في زيادة الثقة والمواقف المختلفة، بل وإلزامه ببعضِ المواقف، وكأنه طلب للحماية منه، كأن يسمحَ لك أن تذهبي لعائلتك وحدك، ولكن تصرين أنتِ على أن يأتي للغداء مهما كانت ظروفُه؛ لأنك لا تستطيعين التواجد بدونه، أو على الأقل أنتِ دائمًا في انتظاره يأتي في أي وقت، بالطبع هذا يطمئنه أنك لن تكوني نموذج (أمي مسافرة وهاعمل حفلة)؛ لأنَّه متوقع أن يأتيك أي وقت.

7 - شجعيه على كلِّ تحرر يعطيه لك، مع إظهار احترام

موقفه، ولا مانع - إن كانت باقي منهجياته العقلية سليمة - أن تعبري له عن موقف حدث بتشكرك له على ما يفعله معك، وبالطبع لا تقولي مثالاً يخيفُه ويجعله يعودُ لمرحلةِ الغلق مرةً أخرى.

وقبل أن أتركَ هذا المثال إلى غيره، لا أرى أنَّ ضميري المهني يسمحُ لي أن أنسى أنَّ بعضَ حالات المثال الأخير والمتعلقة بالغَيرة، لا تُشفى أبدًا مهما حاول الطرف الآخَر من إظهار الاحترام والتقدير واتباع تلك الخطوات؛ لأنَّ الأمرَ يكون تخطَّى الغَيرةَ إلى الشك، وتخطَّى القلق المرتفع حتى إلى المرض.

ليس مطلوبًا منكِ أن تدخلي انتماء زوجك/ زوجتك، ولكن عليك أن تتفهمي هذا الانتماء ولا تقللي منه، مع الوصول لتفهم حول تأثيرِه على الأسرة، إن كان الإنفاق عليه مثلاً يؤذي الأسرة، فقد قابلتُ حالةً منذ سنوات بعيدة، الرجلُ فيها مُشجعٌ للزمالك بدرجة جنونية، تصلُ إلى أنه قد يتركُ بيتَه بلا عمل ويترك اتفاقاته - كان يعمل بنظام اليومية - ليذهبَ لمباريات الزمالك في الإسكندرية، أو الإسماعيلية، وجل ما يملكُه من الحياةِ صورٌ مع حسن شحاتة وطارق يحيي!

ورغم أنَّ زوجتَه لم تكن متعلمة، إلا أنني علمتُ أنها عالجت الموضوعَ بعد خناقات، وضرب، وبطح، بأن تجلسَ معه وتعرف مواعيد المباريات التي ستتم خارج الجيزة، وتدخر لها بعض المال، وحين يأتي للسفر تجهز له قميصًا للقطارِ؛ لأنَّه نتيجة رغبته في رخص الثمن يأخذ قطارات يطول وقتها على الطريق، وتجهز له طعامًا بدلاً من أن يشتري من هناك، وتعطيه ثمن علبتين سجائر كيلوباترا ويشرب بيبسي.

قال لي الرجل:

"والله يا أبلة بعد ما بقيت بتعمل كده، قلت يا واد طب وإنت مستفاد إيه؟! مصاريف وبتسيب العيال، وأحيانًا بقى المجاري لا مؤاخذة تطفح في الأوضة، آخر مرة جيت لقيتها نادهه على فلان وتركان والناس بقيت وحشة، قلت ما أشوفه في التليفزيون هو إنت يا واد لما بتروح النتيجة بتتغير؟! أبدًا أنا بسافر طول عمري وراهم مرات بيكسب ومرات بيخسر وبرجع دمي فاير، ده أنا مرة كنت هاموت في مرة كنا في إسكندرية وصوتي رااح وأنا عمال أقول له: شوووط، وطبعًا مع القطر بقى والتعب، رجعت مفرفر، الحمد لله على كل حال، هي بقى كمان بقيت زملكاوية، أه إسأليها دلوقتي بقيت تصفر لما الزمالك يجيب

جون، تعملنا سندوتشات كده ونلم التلت عيال عند الجيران ونقعد بقى والحمد لله الدنيا ما بتبقاش على حالها، أنا قبل الجواز كنت عايق وأروح الماتشات ديه وأدخل مطاعم هناك، وأعزم صحابي كمان، بس الجواز والعيال بقى ربك الهادي، بناخد إيه من الجواز لا مؤاخذة إلا الرامية في البيت ويبقى نفسك ف الحاجة وتقولي عيلي أولى....".

احترموا مواقفَ بعض، حياةَ بعضكم السابقة، أنماط بعضكما الأسرية، توجهات كل منكما، حتى طريقة الآخَر في الطَّعامِ أو النوم أو غيره، ثم يمكن بعد الاحترام أن نسعى معًا إلى ضبطِ كلِّ ما يمكن أن يؤثِّرَ سلبًا على مشاعرك، أو على الكيان الأسري، ومساحة كل منكما، والأخذ في الاعتبار الخطوط الحمراء لدى كلِّ شخص، لكن من البداية من (الاختيار).

الاختيارُ الذي به بدأنا، والذي يشبهُ طائرَ اللقلق الذي يظهرُ لنا خلال كلِّ رحلاتنا في الكتاب، الاختيار الذي يُعتبرُ حجرَ الأساس لبناء ستعيشُ فيه طيلةَ حياتك، بل وستُحاسَبُ عليه حينما تقابل ربك، فأحسنوا لحياتِكم وأُخراكم بحسنِ اختيار الشريك.

خاتمة الكتاب

ها أنا مضطرة أن أتوقَّفَ هنا، ليس لأنني قلتُ كلَّ ما أريد، ولكن لأنني قلتُ ما يمكن أن يكونَ في مؤلَّفٍ يمكن أن يقرأه ما أسألُ الله أن يصلَ إليهم، فلو كان الأمرُ بيدي ما برحتُ هذا الموضوع ولو بلغ ما كتبتُه ألفَ صفحة أو يزيد.

وبقي لي ودون إطالة لترتاحَ من تلك الرِّحلة التي أخذتُك فيها بين سطورِ الكتاب، أنْ أهمسَ في أُذنِك بما يلي:

حينما أراد الله – سبحانه وتعالى – أن يطمئنَ آدم أبا الخلق قال: ﴿**اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ**﴾ [البقرة: 35]، وهنا تجدُ الإعجازَ في أن يقدِّمَ الله طمأنةَ عبده بوجودِ شريكه معه على محلِّ إقامتهما بالجنة، تخيل!!

ليس أكثر من ذلك دلالة على دورِ الشَّريك في حياة الإنسان، حاولوا أن تتزوجوا مَنْ تطمئنون بالسُّكْنى إليه، قبل أن تطمئنوا للأمورِ الحياتية الأخَرى، فلو ضاق قلبُ زوجِك وروحه عليك، كانت الحياةُ الزوجية سجنًا ولو عشتَ في قصرٍ على أكثر الجزر جمالاً وأمانًا.

التعريف بالكاتبة دكتورة داليا الشيمي

- حاصلة على دكتوراه في علم النفس.
- مدير مركز عين على بكرة للمساندة النفسية والتنمية الأسرية.
- خبير في الدعم النفسي والإرشاد الأسري والزواجي.
- مدرب دولي معتمد ولها دورات تحمل اسمها في عدة دول عربية.
- لها خمس مؤلفات سابقة في مجال الأسرة والطفل.
- شاركت مع جهات دولية في مشروعات تتعلق بالدعم الأسري سواء في مصر أو خارجها.
- مثَّلت المرأة المصرية والباحثة العربية في عددٍ من المؤتمرات الدولية.
- لها تحت الطبع كتاب حول التنشئة النفسية السليمة للطفل.

للتواصل مع مركزها الشخصي عبر الإنترنت:

صفحة مركز عين على بكرة

الفهرس

ثالثًا : مرحلة الزواج